想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

一、净土宗宗风（一）

1.“净土宗宗风”有两部份，第一部份是真谛——往生之道，第二部份是俗谛——处世之道。

学佛不管是出家也好，在家也好，都是为了“法”。法有世间法、出世间法，世间法就是俗谛——处世之道，出世间法有“难行道”，有“易行道”，我们的出世间法是“易行道”，也就是“净土法门”，就是“念佛往生”。易言之，所谓“俗谛”是现世生活的利益，“真谛”是念佛往生的利益。

2.我们的宗风，分为真谛、俗谛——往生之道跟处世之道。往生之道就是专一称名；处世之道，包括父慈子孝、兄友弟恭、三纲五伦、四维八德，该遵守的就要遵守，但不以这些做为往生的功能、往生的必要条件。

3.宗风———真谛：
一、一向专称——望佛本愿，意在众生，一向专称，弥陀佛名。
二、三不疑杂——不怀疑，不间断，不夹杂（不杂余佛，不杂余行）。
三、守愚无诤——专崇本宗，不讥他宗；
法门高下，不相诤论；唯守愚念佛。

四、六不六化——不尚体验而平凡化，不好玄奇而平实化，不求高深而平常，不纯学术而信仰化，不涉艰涩而浅易化，不落繁琐而普及化。
五、恪守传承——着作讲演，必依传承，绝不妄自，越格发挥。
他宗他流，言论若异，敬而不依，坚持本流。
六、亲近同门——亲近同门，切磋法义；
若非同门，不亲不近，防退失故。

4.“宗风———真谛”部分有六点，这六点可以从三方面来谈。
第一点、第二点，可说是总纲性的，第一点是从正面来说明，第二点是从反面来解释。

第三和第四点，则是就行门的实践来讲的，第三点主要在于自行，而跟其他法门无诤；第四点主要在于对外显示我们这个法门的易行平实，同时也保护自己。

第五、第六点，可以说是从守护教理上来讲的，第五点在于保证知见能够正确、不偏差；第六点，就是防范有邪杂的外缘，使我们这个法门能够纯净。

所以这六点可以分三方面：第一、二点从总纲方面来谈，第三、四点从行持的实践方面来讲，第五、六点从教理的守护方面来规范。

5.宗风的“真谛”是针对念佛法义来讲的，至于苦、空、无常观、罪恶观……等，这些都是引导我们入念佛法门的“前方便”，不仅不能搁置，反而是很需要的。

6.“无诤”，就是不跟人家计较，亦即：无诤之人，心都是平和的，不计较、不生气，平日就如同当一个瞎子，当一个聋子，没有眼睛去看是非，没有耳朵去听是非。人家说“某某人，你了不起啊！”也是南无阿弥陀佛…南无阿弥陀佛……；人家说“某某人，你怎么这样啊？你真糟糕！”也是南无阿弥陀佛…南无阿弥陀佛……。没有看到是非，没有听到是非；看到了、听到了，也视而不见，听而不闻，不放在心上。

7.净土法门的正依经论就是“三经一论”，至于旁依的经典，释迦牟尼佛一生之间，讲经说法，有关阿弥陀佛以及极乐世界的经典，就有两百多部，所谓“千经万论，处处指归；往圣前贤，人人趋向”，可见这个法门的学术是很丰富的。

因此，“不学术而信仰化”，并不是反对“学术”，而是反对“学术化”。为什么？既然不学术而信仰化，就表示是要信仰化，而不是要学术化，有学术而不以学术化为目的，它始终是要导归于信仰。所以它不是以学术为目的，而是要以信仰为目的，不管我们有没有学术，始终都要归于信仰。

即使有学术，但人到了临终的时候，有再丰厚的学问，再深入的经藏，都要搁一边，一生所拥有的包括财富、地位、名声、权势，还有学位、学问，都产生不了作用。甚至我们一生的修身养性，到临终都没有力量，没办法让我们依靠这些了脱生死轮回，往生极乐世界。到最后就是靠我们所信仰的，即善导大师所说“众生称念，必得往生”，也就是我们宗风里面所讲的“一向专称，弥陀佛名。”

8.宗风说：“不尚体验而平凡化，不好玄奇而平实化，不求高深而平常化。”这个法门从现在到成佛，很简单、很容易、很单纯、很不复杂，是大家都做得到的；若是追求复杂、不平凡，

这样会失去这个法门的利益。

所以我们就把自己当成愚痴的人，就算有智慧、根器高，也要降下看成根器低，什么都不会，纵然有十八般武艺，也要置于无用武之地。因为有这句南无阿弥陀佛，我们所做的善事、所修的行，就微不足道，不堪一提，通通靠这句南无阿弥陀佛。

因此法然上人说：圣道门的修行是以智慧证悟涅盘，而净土门的修行，则是还愚痴往生极乐。“还愚痴”，就是不将自己的才华、智慧、贤能表现在这个法门，要把自己当成愚痴的人，什么法都不会修，什么事情都不知道，我只知道这句“南无阿弥陀佛”，只会跟老公公、老太婆一样念南无阿弥陀佛、南无阿弥陀佛……。参禅悟道是圣道门的修行，至于我们这个法门，每一步都要依照祖师所讲的去做，若自作聪明可能就会产生偏失。

9.念佛就是我们的学问，就是我们的智慧。如果能够这样的话，就是无诤念佛、老实念佛，也就是“不纯学术而信仰化”。到最后，归入信仰，信仰才是他的目标、他的目的、他所盼望的，他要归趣的地方。

10.有句话说：“行由解起，行起解绝。”好比走一条路，在还没有走之前，先了解地图、说明书；一旦车子上路了，不必右手抓方向盘，左手又拿地图，就直接开车上路，这个就是“行由解起，行起解绝”。因为佛教重在信仰和实践，而不在于作学问、讲理论，或单单只是研究学术而已。所谓“藉教观心”、“依教奉行”，如果研究佛学而不藉教观心、依教奉行，等于是一种学术性的讨论或研究，则只是一门哲学而已，不能称之为宗教。

11.佛教里面，尤其净土宗更是实践的法门，而不是讲学问的法门。即使我们有净土三经，以及祖师论着等依据传承，但这都不是目的；甚至我们有出版好几十本书，也不是目的，这都是一种前方便，也就是预备教育。所以，方便与真实、手段和目的，必须有所取舍。我们这个法门，需要探讨理论时，也无妨多探讨，但最后还是在于实践。

12.信仰对我们非常重要，甚至超越我们的生命。一个有信仰的人，他的全身心灵，他的日常生活，都是为这个信仰而活，都是融入这个信仰当中的，所以，他最有兴趣的就是他所信仰的，开口闭口，都会谈到他的信仰。

如果信仰不相同，能谈得来吗？一定谈不来。基督教有一句话说“信不同，不同负一轭”；孔子也说“道不同，不相为谋。”所以，如果不是同门，我们就不要去亲近。在外国，能派出去弘扬自己法门的，都是科班出身的讲师，否则不随便向外布教，因为要劝导非同门，大非易事。是故，对一般人尚且不轻易布教，何况是非同门的人！甚至还要引导他，就更加不易，自己不反被影响就很难得了！

13.我们这个法门是他力信仰，而且是完全他力、绝对他力，即使是上根利器，能够广修六度万行，可是在弥陀的面前也是低下头来，不以这六度万行来回向，而完全以弥陀的功德为自己的功德，以他为自，舍自归他。就好像再大的电灯光明，在太阳底下也顿时暗淡无光，因为灯光再强也不可能比太阳还要亮，而且既然在太阳底下了，也不需要那一种亮度。

因为是绝对他力的信仰，所以是专称弥陀佛名，是有相的称名，而不是无相的念佛，至于观想佛像就更不用讲，也不需要，所以我们就只专称弥陀佛名，不须假藉其他方便。何况在这个娑婆世界，又值末法时代，有一些弘法者，本身知见就已经不正了，又到处为人印证，无知的人就会因好奇而前往亲近。所以学习我们这个法门如果无法“不好玄奇而平实化”、“不求高深而平常化”，往往就会走向岔路。

不过这一点也是不容易的，因为有些人总是喜好高深、贪好玄奇，如果对教理的认识没有正确到一个程度，或者没有经历过多种的摸索体验，彻底觉悟自身是卑微渺小无能为力的事实，往往都会由本门退转而走向他途。

14.“亲近同门——亲近同门，切磋法义；若非同门，不亲不近，防退失故。”这一条可说完全依循、传承于善导大师立教开宗的精神，也是我们这个法门的特色。

这五句都是依据善导大师的思想、着作而来，等同善导大师所讲的。它攸关我们这个宗派行者法身慧命的问题，所以这一点非常重要，不可以模糊，不可以苟且，也不可以妥协。同时，能够做这样的立论，其实正是慈悲和智慧的表现，因为它能够坚固地维持我们这个宗派宽广、平坦的大道。

孔子说：“一言以为智，一言以为不智。”听他所讲出来的话，就知道他懂还是不懂，有正确掌握，还是没有正确的掌握。“亲近同门”中的“亲近”二字和一般的亲近不一样，这里所说是“真谛”的范围，所讲的都是有关“往生之道”的教理，不是在讨论俗谛的处世之道。这里

的“亲近”，有类似“依止”的意思就是：“依赖有德有行的地方（人、事、地、物）而不离开”，这个叫做“依止”。

15.在一个同信同愿同行、同理念同目标的团体之中，不可全无规范，否则龙蛇混杂、良莠不齐，三毒凡夫，我行我素的结果，将建不成一个和合的团体。故百丈立清规，法然制戒条，善导大师自行化他，以垂典范。祖师亦有“不可亲近非同行善知识”之戒，盖往生之事是何等大事，岂可随缘逐队，妨碍大事，若要度恶人，化知见不正者，亦宜量己之分；否则从净土回来时，不怕不能合光同尘地广度群迷。凡夫狂性难歇，若无规范，将如野马不羁，为害更大；倘复知见不正，极易误解弥陀本愿而堕落。

16.俗语说，“近朱者赤，近墨者黑；近智者明，近愚者暗”。若都跟明师益友在一起，我们也会有智慧、懂道理，甚至可以成佛；若是跟什么都不懂的人在一起，也可能会跟他一样。跟随向东的人走，就会向东；跟随向西的人走，自然就会到西方。因此，善导大师说要亲近“同行善知识”，“同行”就是同样学习本门的人，若不是学习这个法门的，就不要亲近，不论他是在家众或出家众，是老师或学生，都不要亲近。因为我们会随“缘”而转变，缘在无形中会改变我们。

17.学佛，亲近善友是很重要的，因为善知识所谈的都是善法，都是有关我们这个法门的教理，亲近他就可以消除我们不正确的知见，而增长我们正确的知见。所谓“近朱者赤，近墨者黑；近智者明，近愚者暗。”又说“蓬生麻中，不扶自直”，修行就是要亲近善知识，同时要远离非善知识，若能常常亲近善知识，而不亲近非善知识，即使愚痴者也会有正知正见，不至于走错道路。

18.有首偈语说：“无病第一利，知足第一富，善友第一亲，涅盘第一乐。”我们一生最大的受用是健康无病，最富有的是知足的心，跟我们最亲近的是善友，是我们这个法门的善知识，倒不是家人，因为夫妻往往同床异梦，而父子至亲，然而将来都各自随业流转，甚至有可能彼此障碍。因此，对我们一生有益处、有帮助的，能使我们法身慧命得解脱的，是我们的善友、善知识。“涅盘第一乐”，极乐世界是涅盘世界，我们往生极乐世界之后就能够证悟涅盘，而涅盘才是真正的乐，所以说涅盘第一乐。

19.“若非同门，不亲不近”，也就是不亲近非同门的善知识，这属于真谛而不是俗谛的范围，因此并不妨碍我们的人情义理或责任义务。我们这里所写的“若非同门，不亲不近”，并不是指俗谛的待人处世，因为我们亲近同门的目的是为了切磋法义，所谓的切磋，就是向他学习，向他请益，好让我们的知见端正，信心增长，策励我们的行业。如果不是同门善知识，亲近他就得不到法益，反而会妨碍我们的正知正见，障碍我们的往生。

20.善知识对我们来讲是非常重要的，释迦牟尼佛说，善知识不只是我们得到解脱成佛的半因缘，而是全部的因缘。也就是说，我们之所以能够解脱，能够往生成佛，都是仗着善知识给我们的提携指导。

21.对于自己不了解或者是有疑问的，若不亲近同行善知识来请益、受开导，知见难免会不正确，这样就自己覆盖自己、障碍自己了！

有的人“乐近杂缘”，所谓“杂缘”，就是非同行善知识，喜欢亲近非同行善知识，结果不但障碍自己，也障碍了别人的往生。所以，善导大师就是要我们亲近同门，来切磋法义，不是同门，就不要接近，以免障碍自己，也障碍别人，那就退失了。

22.一个团体最重要的就是信仰要一致，我们这个团体是为“法”而存在的，不是为其他任何利益，“法”就是我们信的内容。

这一个法，要如何让它纯净、巩固呢？就是专看我们出版的这一套书，专听我们出版的这些光碟，对于其他不同法门的书，最好不要看，因为我们是凡夫，对于本宗道理还没有贯通，信心还没有坚固之前，又很好奇看了其他各种不同说法的资料，往往会被干扰，所以尽量不要看。

其实，我们这一套书本身就很足够、很丰富了，融会贯通我们这一套书，自然就会听到阿弥陀佛慈悲亲切的呼唤，就会对这一句弥陀名号很感动，会很喜欢念佛，就会对善导大师所讲的：“众生称念，必得往生”，很有信心，很有法喜。

二、净土宗宗风（二）

1.宗风二——俗谛：

一、对弥陀恭敬信顺，对他人恩慈体贴，对自己谦卑柔和。

二、敦伦尽分，闲邪存诚；奉公守法，为世良民。

三、自觉愚恶，过于他人；毫无资格，计较他人。不说是非，不听是非，不传是非，不较是非。不求人过，不举人罪，不揭人私，不争人我。不背因果，不蓄恨意，不怀虚假，不行谄曲。

四、六亲眷属，敬爱和睦；崇德兴仁，务修礼让。和颜爱语，下心含笑；慈念众生，加厚于人。 奉行谦敬，不起骄慢；常怀惭愧，仰谢佛恩。

五、给人安心，给人欢喜，给人希望，给人利益。凡事真心，凡事爱心，凡事感恩，凡事恭敬。

六、学佛大悲心──弥陀如何为我，我便如何为人。

2.对于一个真发心修行的人来讲，应该是不会等待规矩等种种要求才想调整自己的，只是说因为是凡夫，习性难改，因此多少需要有一些规范，“宗风二──俗谛”就是我们的规范。

3.就净土宗的“俗谛”来说，一个学佛人，一个念佛人，对于佛所教示的五戒或其他善行功德，以及人伦道德的五伦、五常，尽管知道自己的根机未能全做到，但都应该随份随力去做，否则就称不上是一个学佛的人。譬如孝顺父母、友爱兄弟、救济贫困，爱护动物……这些我们都要去做。甚至不管有受戒、没受戒，都要随缘随份随力去持五戒、行十善，随缘随份随力去行善积德，这是一个人，尤其是一个学佛的人，基本上要尽的本份。只是说，我们虽然尽这个本份，但不是以这种功德作为往生的条件，也不是以这个功德来辅助往生。

4.一个自觉是罪恶生死凡夫的人，当他要去做自觉已经是做不到的行持时，心情会是怎么样呢？近代持戒最有名的就是弘一大师，弘一大师了解戒律、深入戒律，同时自我反省也很细腻，所以他说他不是比丘，甚至连五戒也不够格，只是多分的优婆塞而已。他已是这样了，何况我们？既然这样，对于出家人的三业威仪，还有改过行善、修身养性、砥砺德行的，必需要有另外的方法。以我们法门来说，砥砺的方法内容就是我们的“宗风”。

5.多年前，我就有编“净土宗教章”，因为足堪称为一个宗派，一定必需要具备有类似“教章”那样的内涵，才能建立一宗一派。“教章”就等同国家的宪法，是最基本的，里面当然要有自己的宗风（包括“真谛”与“俗谛”），我们就是以“宗风二──俗谛（处世之道）”来作为我们半月半月诵读的内容，并且把它落实在三业行谊当中。为什么？因为诵的目的不只是嘴巴诵，而必须是记在脑中，涵养在内心，使其成为自己的个性、自己的生命，所谓“融入骨髓，化为个性、成为生命”。因此，我们必须要利用半月半月来诵读宗风。

除了半月半月在大众面前诵读之外，也希望大家每一天早上起来都能先背诵、思惟一遍。诵有嘴巴的诵以及身体的诵，我们是从嘴巴的诵，然后再要求到身体的诵。所谓身体的诵，就是将这一些内涵落实在三业、落实在日常生活当中，全身心都在诵读，亦即刚才所说的，融入骨髓，化成自己的个性、自己的生命。

6.出家人半月半月诵戒有互相举罪的一项内容，目的就是让我们能够晓得自己有哪一些过失，好让自己晓得去改进。这里说：“日日知非，日日改过；一日不知非，即一日安于自是”，我们很容易安于“自是”；“一日无过可改，即一日无步可进”，这样命运一定改不过来。所以有一句话说：“闻过则喜，闻善则拜”，对于他人纠举我们的过失，我们要虚心谦卑的来接受，不要怨恨对方，认为别人在说自己的是非、在毁谤自己，如果这样的话，就是一般人，不是修行人了。所以我们应有“闻过则喜，闻善则拜”的谦虚涵养，这样命运才能够改变。

很多学佛的人，灾难来了，也是遭受灾难的命运，痛苦来了还是遭受痛苦的命运，为什么没有改？因为他学佛没有在心地上用功夫，没有在自己的内心求改过，甚至凡事都责怪别人、抱怨别人，认为别人害他、别人对他不是，觉得自己的不如意都是别人造成的。这样命运怎么有办法改变呢？

7.未论行善，先须改过，这个很有道理。诸佛通戒的那一段法语说：“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。”众善奉行之前，要先诸恶莫作，这就是“先须改过”，所以自我改过是非常、非常重要的。对我们这个法门来讲，真正的“行善”是什么呢？就是念佛，以及自信教人信，这个就是行善。“改过”是什么呢？就是以宗风或古圣先贤的法语做为标准来改正。

8.宗风的内容就像一面镜子，不面对镜子，就不知道容貌肮脏，也不知要擦拭干净，面对宗风这一面镜子的时候，就会发现自己的习性，发现自己的缺陷，而更加的惭愧；也因为面对法镜，愈感自己缺陷，才更加要面对，使自己知所改进，不能百分之百达到，至少可以做到几分或几十分。所以希望大家，每天都将之思惟一遍，落实在生活中，使其融为我们的骨髓，化成我们的生命，使我们的言语行为就如同宗风这些内容。

9.古德言：“一时不在，如同死人”，可以说，没有佛法的精神滋养，就不是一个人了。我们学佛的人，如果没有持续不断地吸取佛法的营养，那就不算是一个学佛的人了。

要如何吸取佛法的营养呢？我们精神的食粮，必需要靠佛陀智慧的真理语言，因此每一天就要背诵佛陀智慧的语言，所以“宗风二——俗谛．处事之道”的内容应该背起来，而且一天的开始，就要思惟一遍，将佛陀的语言、古圣先贤的语言，作为我们的生命，作为我们一天为人处事应对的准则。

10.如果真的相应于净土法门，一定会相信自己是一个罪恶生死凡夫，一个真正体会到罪恶生死凡夫的人，一定会谦卑柔软，贡高我慢不起来，也傲慢计较不起来，这样性情就会转变。所以我们这个法门，即使是真谛也能体会俗谛，体会俗谛就能进入真谛，是相辅相成的。

11.对弥陀的恭敬信顺是到达什么地步呢？到达了“南无”的地步，南无就是“归命”，把我们最宝贵的身心性命付托给弥陀、交代给弥陀，完全信顺弥陀救度，统统托付在弥陀的身上。

12.我们的生命，不只是这一生一世而已，而是贯串着过去、现在、未来，所以，把我们这个贯串着过去、现在、未来的，生生死死的，分段的、轮回的、无常的生命，完全付托、归托、依靠于阿弥陀佛。

如果我们真的有这一份恭敬信顺，“南无”、“归命”、“归投”、“依靠”的心的话，就会时时刻刻忆佛、念佛。而忆佛、念佛是“因”，往生成佛是“果”，从现在开始，就确定离开了浊恶的、无常的、轮回的生命，确定了已经是极乐世界的无量寿、无量光、无量慈悲、无量智慧的菩萨之一了。

13.“恭敬”：“恭”指内心的谦恭、谦卑；“敬”指外相的崇敬。“恭敬”这两个字对我们学佛的人来讲非常重要，所谓“佛法从恭敬中求”，有一分的恭敬就能获得一分的利益，有十分的恭敬就能获得十分的利益。

14.“对弥陀恭敬信顺”、“对他人恩慈体贴”、“对自己谦卑柔和”，这三点大家可以多多体会，如果做到这样的话，这个团体基本上是无诤的、和谐的、融洽的，也才能够达到清净。

15.一个学佛人要“随顺、柔和”，所以“宗风一—俗谛”才说“对自己要谦卑柔和”。人家对我们讲一句话、一个动作，应该要随顺“是、是，对、对”，尽量不要认为你怎么这样对我，而往负面去推测。“谦顺”对修行人来讲是很重要的，尤其是佛门，最重“谦顺”，师长所讲的，当下就要“是、是，对、对，好”，而不要以世俗的观念来衡量，认为自己的看法才对，师长所说的不符合自己的衡量，这样就不是学佛人应有的心态。

16.能体会到阿弥陀佛的救度悲心，就会对阿弥陀佛的救度百分之百的领受，匍匐在阿弥陀佛的脚底下，徜徉在阿弥陀佛的怀抱中，他就会对阿弥陀佛百分之百的恭敬；既然是百分之百的恭敬，自己就会随之也百分之百的谦卑、谦和，就有弥陀的悲心气氛，知道去爱护别人，体谅别人，因为他晓得弥陀是主动、平等没有任何条件的救度众生。尽管自己还有贪瞋痴，烦恼强盛，业习深重，逢缘触境，贪瞋业习当下暴露，但是事后立即的反省检讨能力与心情会很强，立刻会反转过来。

17.我们这个法门是讲弥陀的救度，也就是讲弥陀对我们的爱、弥陀对我们的包容。想想看，如果弥陀不爱我们，怎么会救我们呢？如果弥陀不包容我们，我们怎么可能被救度呢？想想看，我们生生世世，乃至此生此世，我们的三业行为过得了阎罗王这一关吗？阎罗王会包容我们吗？阎罗王不肯包容我们的，因果也不肯包容我们的，只有阿弥陀佛包容我们，不跟我们计较，而且还要来救我们。

18.我们若体会到弥陀的爱有多深，对别人的爱也会有多深；我们体会弥陀对我们的包容有多大，对别人的包容也会有多大。

19.念佛人要有“机”的深信，深信自己始终是罪恶生死凡夫，无有出离之缘。但因为有这句名号，有阿弥陀佛的力量做我们的增上缘，给我们依靠，所以不因自己是罪恶生死凡夫而苦恼，从此所过的生活，是安稳、喜乐的生活；是惭愧、忏悔的生活；同时也是感恩、谦和的生活。感阿弥陀佛的恩，柔软自己的心肠来体贴他人，这就是我们宗风俗谛所讲的：“对弥陀恭敬信顺，对他人恩慈体贴，对自己谦卑柔和。”过这种念佛的生活。

20.“对弥陀恭敬信顺”，就是要“学佛大悲心，弥陀如何为我，我便如何为人”，当然这是一种向往，不过，有向往总比没向往好，虽不能至，至少能做到几分。

21.一个人如果起情绪、心中不平了，感觉受委屈了，这表示两方面不足：一方面是对“机、法”没有体会，以为自己是一个贤善、没有过失的人，同时也没有体会到弥陀的爱跟包容；另方面是他初学这个法门，所以感受的深度还不够。

22.诸佛出世，皆劝“诸恶莫作，众善奉行”，本愿亦言“唯除逆谤”，《大经》卷下更扩充“唯除逆谤”之意，而广说“五善五恶”之劝诫。可知：弥陀深欲念佛之人，“敦伦尽分，闲邪存诚，奉公守法，为世良民”，如“宗风二──俗谛（处世之道）”。

23.学佛的人、念佛的人，每个人都应该自勉，坚定地站在自己的岗位上，善尽责任义务，“敦伦尽分，闲邪存诚，奉公守法，为世良民”，而来念南无阿弥陀佛。

24.讲仁义、敦伦常、重孝道、尚礼节，也是佛教因果的扎根。佛门始终是保守的，唯有保守才能维持佛法的面貌。在此浊恶之世，犹如人处暗中，佛法是唯一眼目、曜世明灯。末法之世，厚生利用之术一日千里，而修身养性之道如江河日下。

25.在家人先宜敦伦尽份，闲邪存诚，吃素念佛，三业端正，而又教理通达，则可为一方之导。

26.念佛人应该在敦伦尽分当中引导亲人念佛，跟我们同生极乐世界，这样的话，不但是跟佛永远在一起，家人团结在一起，而且本身也能够成佛，让人家来亲近，也能够广度所有众生。所以，如果是在家众，就安份守己，奉公守法，为世良民，专一念佛，全家成为念佛的佛化家庭，全家求生极乐世界，作为在家学佛的典范，引导一方。

27.学净土法门，人人都要自觉自己是一个罪恶生死的凡夫，是一个烦恼炽盛的凡夫，是一个没有解脱之缘的凡夫，就是“自觉愚恶，过于他人。”如果这样的话，就很容易信受弥陀的救度。

不过，“自觉愚恶，过于他人。”有几个层次，有法律上的罪恶，道德上的罪恶，还有宗教上的罪恶。“机深信”含盖这三个层次，但最基本的是宗教上的罪恶。为什么呢？因为，有的人觉得他奉公守法是世间良民，他也敦伦尽分、崇尚道德、讲仁义……。所以，在法律上他不是罪人，没有罪恶。在人伦道德上，他也不是罪恶之身。可是，在佛教所讲的，人都有贪瞋痴无明，这就是罪恶，也是所有恶的根源；就“机深信”的这三个层次来看，我们是一个奉公守法的人吗？是一个敦伦尽分的人吗？如果真检讨起来，我们是做不到的。所以，我们不只是有宗教上的罪恶，甚至是在法律上、人伦道德上，我们也都犯了罪。

28.我们学佛的人，尤其是学习净土法门，首先要发现自己是一个不足、不完美的人，自己的过错很多，甚至是一个无能为力的人，乃至发现原来自己是龌龊、肮脏、卑鄙，能够这样，在学佛的道路上，才有进步的可能，才能升华。因为一个有这样存心的人，他会凡事检点自己，所谓：“行有不得，反求诸己。”在反躬自省当中，德行的光辉，就会逐渐地亮丽出来。

29.一个修行人，时刻希望自己每一天都能改进，每一天都能提升，不站在原地踏步。就像《大学》所讲的：“苟日新，日日新，又日新。”就是说一个修身养性的人，甚至是一个政治家，他必须是不断地提升自己的水准，让今天胜过昨天。所以，一个修行人，凡事都在检讨自己，使得自己能够弃旧从新；旧人已过，从现在开始，是一个新生的人，时刻都能够弃恶行善，都能够很欢欣地走向“苟日新，日日新，又日新。”

30.一件事情做过以后，要尽量在微细的地方去检讨这件事情，还有那些做的不圆满？能够这样的话，就有改进的空间，下一次，就会向更圆满的地方前进。如果不去“自觉愚恶，过于他人。”反而都觉得“他人愚恶，过于自己”，这样的话，自己就无从提升改进了。

31.“宗风──俗谛”有谈到，要“不谈是非，不听是非，不传是非”，而且要“不较是非”。我们是学佛人，不管在家、出家，这一点都要严格的遵守。不要一听到事情就传来传去，这样都是制造是非。

另外，如果事情是关系到自身时，一般人往往不是诿过就是掩过，从来不是“分怨共过”，都是讲自己对，讲对方不对，就像基督教《圣经》所讲的：“总看见别人眼中有刺，却看不见自己眼中的梁木。”

所以，修行首重“谨守口德”，一个修行人要不妄语、不两舌、不恶口、不绮语，有关人我是非的话，绝口不谈。但是一般人习气都很重，而且往往情绪化，不但没有把人我是非在心中消化，反而是积堵在心中酝酿，逢人遇境就流露出来，甚至相互倾诉，这都不是学佛人应有的态度。

32.言语往往是是非的来源，所以宗风里面对语言的提示就比较多一些。比如：“不说、不听、不传、不较”。相应于在佛陀所订的五戒、十善当中，针对口业而订的规范是最多的，所以我们要不说是非，也不要诉苦，因为口业最容易犯罪犯过，也最容易消损自己的福报、增加自己的罪障。

33.一切罪过，往往都是因为不守口德，所以我们要学习守口如瓶，凡事检讨自己的过错，不要去责备人家。如果发现别人有错误，也不要去宣扬，不要讲给第二个人听，也不要讲给自己最亲密的人听。因为自己最亲密的人，也有他亲密的知己，话传来传去，罪业就造出去了，而且，说人背后话是最损阴德的。所以，修行学佛最重要的是心存诚恳，存诚恳之心而不随便打妄语，不随便说是非。

34.修行要从什么地方开始呢？要从不妄语开始。不妄语就是不随便讲话，不仅不讲骗人的话，也不讲两舌、恶口、妄言、绮语，这个非常重要。

35.修行从不妄语开始，对于是非尽量不看、不听、不说、不传，即使闲话也不要讲，要惜话如金，守口如瓶。

36.团体当中，如果是执事对有关公务或某些事情的提示叮咛，这不是是非，我们应该谦卑接受，所谓“闻善则喜，闻过则拜”，这样不仅能够增长自己的福德，也能够消除自己的业障。别人指出我们的不对，我们应该谦虚地接受，乃至是背后的诽谤，也要接受。当然有些事情若是应该说清楚的，应该解释明白的，都应清楚平实地表达。可是如果难以说清楚，也无法解释的话，那就要甘心、平顺、安然地来接受。

37.我们凡夫每个人都有贪、瞋、痴、慢、疑，但最容易表现出来的就是“瞋”跟“慢”，尤其是我执比较重的话，瞋跟慢就更容易显现出来。

瞋跟慢大都显现在自尊心跟自卑心，因为自尊、自卑是一体的。不是自尊的时候就自卑，自卑过度无形中就会自尊起来，如果没有自尊也没有自卑，就会一种平怀，平常心看待，即使当下有争执，事后就忘掉，不蓄恨意。

38.“和颜爱语”出自《无量寿经》，原文是“和颜爱语，先意承问”，这两句经文是在说明阿弥陀佛因地修行，对众生亲切体贴、柔善谦逊的大悲言行。

“下心含笑”出自《地藏经》，原文是“下心含笑，亲手布施”，这两句经文是佛陀开示一位国王布施时所应抱持的心态与作法。

这几句经文对我们学佛人，尤其身为职事干部，是很好的开示，可作为我们为人处事、服务大众的方针。

“先意承问”：设身处地为对方设想，不等对方开口，预先通达其心，了解其意，而主动积极地垂询对方的需要，解其苦恼，满其所愿。

微笑是世界上最美丽的语言，也是人与人最好的沟通桥梁；时常笑脸迎人，必是最有人缘的人。希望职事干部们为大众服务时，都能主动积极，都能“和颜爱语，下心含笑”。

39.“和颜爱语”：温和的容貌，体贴的语言——希望我们多注意：我们的容貌温和不温和？所讲出去的话是伤对方的心，还是让对方觉得欢喜？

“下心含笑”：“下”，就是谦下、卑下。以卑下之心、谦下之心，满含让对方觉得很友善、很容易亲近的笑容。

“慈念众生”：对一切人都能以慈悲心、站在他的立场来考量。

“加厚于人”：以宽厚仁爱之心，成全对方。因为凡夫往往有意无意在言语上伤害人家、在行为上让人家难过，因为都是贪瞋痴的凡夫，都是罪恶生死凡夫，难免如此。所以我们要存谦下的心，希望他人能原谅自己，而不是自己原谅他人。

40.学本愿之人，既知自己是罪恶凡夫，则生惭愧忏悔，心存谦卑柔软，而思弃恶行善，如善导大师言“念念称名常忏悔”。又既知弥陀大悲救度，且受恩感恩，则应谢恩报恩，如同善导大师言“学佛大悲心”，而悲愍众生，利乐有情。

41.凡事真心，千古异行，都成一点真心，真诚能够感动人，也能够感动动物；真诚极处，感泣鬼神。

42.一个心存菩提心、想利益他人的人，所展现出来的就会像宗风所写的：“凡事是为对方设想”、“凡事肯吃亏、不计较”，凡事为对方带来“恩慈体贴”，凡事“让美归功、分怨共过”，不会与对方争执，甚至怀恨生气，不会不平、不满、抱怨、诉苦。

43.“凡事感恩”，感恩是很可贵的，有困难的时候，获得贵人的协助，我们就会铭感五内；若是生命交关、危在旦夕的时候，突然被人家救起，我们会怎么样呢？感恩戴德，有钱就以钱来报答对方，没钱就以生命来报答对方，因为我们的生命，是他再造之恩。

有感恩心的人，对自己会知足无诤，对别人会容人助人。因此感恩心是非常可贵的情操，能够给四周带来温馨，给团体带来和谐，使自己更有幸福感、快乐感。因为曾经受过人家的帮助，必定会帮助别人，为什么？因为他体会到当时被帮助的温馨，当时被帮助的难得可贵。那人同此心、心同此理，自自然然他也会想去帮助别人。

同时，因为他是被救者，他就会谦虚、谦卑下来。自己是一个走投无路、生命垂危的人，突然获救了，生命对他来讲是多加的。所以在他谦卑、知足、无诤的时候，他的心就会柔软，同时想回馈他人，帮助他人，因此就会彼此接纳，互相包容。所以有感恩心的人，这个团体必定是温馨的，这个团体必定是和谐的。

44.以佛教来说，可以说“和”是最高的境界，佛就是“和”的境界，所谓“涅盘寂静”。所以佛陀规定僧众要“六和敬”，如果没有“和”的话就不能称为僧团，因为会给自己带来苦恼，也会给他人带来苦恼，这样僧团就不能和合不能稳定。因此，人与人相处和合很重要；彼此要各退一步、各让一步，彼此体谅包容，凡事不情绪、不抱怨、不批评、不责备、不判断人、不定人的罪。所谓“让三分心平气和，退一步海阔天空。”凡事多忍让，大事化小事，小事化无事，与人无争无怨，自然无忧无虑。

45.我们对十方诸佛菩萨乃至一切众生都感恩，因为今天能够促成我们生而为人，闻到佛法进入本愿，都是十方诸佛菩萨的慈悲引导，都是这个世间的顺境、逆境来促成我们的——不是顺的增上缘就是逆的增上缘，所以我们凡事就是感恩。

46.念佛人为人处世有一个原则，就是两句话、六个字：“守大体、有分寸”。守大体就是：这句话应不应该讲？这件事情是否应该去做？是否应该去和这个人接触？如果是不应该，就不要起这样的心念，说这样的话，做这样的行为；如果是应该去做，到底要做到什么程度？应该要怎么做？分寸要怎么拿捏？这就是守大体、有分寸。无论任何事情都要“守大体、有分寸”，夫妻、父子、兄弟、朋友、莲友……彼此之间，都各有各的大体和分寸，所以任何事情都要守大体、有分寸。一旦没有守大体，没有分寸，就一定会混乱，将带给彼此苦恼。

47.凡夫没有真实心，要如何做到宗风俗谛所讲的“弥陀如何为我，我便如何为人”呢？

学习我们这个法门，重要的是要有“机法两种深信”的深刻体认，知道自己是罪恶生死凡夫，是卑劣、卑微、渺小、无能无力的，这样他的心就会“谦卑柔和”；同时领受弥陀的救度，就会“恩慈体贴”，因为弥陀就是这样对待众生的。我们体会弥陀的大悲心，知恩报德，就会流露出“弥陀如何为我，我便如何为人”的心情。这是自然会有的向往之心，有向往之心，自然就会一点一滴往这方面前进。

宗风俗谛的内容，都是从“机法两种深信”开展出来的，虽然没办法全部做到，但就像面对大海，大象能吸的水就较多，相较于大象，马所吸的水就较少，鹿所吸的又更少，而如果是一只蚊子，所吸的水就少之又少了。总之，随每个人的根机随分尽力去做就对了。

48.“学佛大悲心——弥陀如何为我，我便如何为人”，这一句话的境界是很高的，对我们来讲，是学多少做多少。如果这样的话，我们对弥陀的悲心、弥陀的爱体会多少，对人的表现就会

有多少；对人的表现有多少，就证明了体会弥陀的爱有多少。当体会到弥陀的爱，就会肯吃亏不计较，也会有奉献的精神，自己力之所及、做得到的，就能够牺牲奉献。

49.我们学佛就是“学佛大悲心”，以大悲心来看待一切众生，相互的接纳、包容、体谅、理解，所谓“善解对方”。如果能够彼此“善解”，而且凡事都往正面去看待，不往负面去思惟；或者难免有负面的思惟，可是不要把他流之于口，诉说给别人，这样至少也不会有纷诤。

50.学净土法门，如同宗祖善导大师所开示的──“学佛大悲心”；我们是在学弥陀的大悲──“弥陀如何为我，我便如何为人”。所以，希望各地莲友能够存着这种安贫乐道、一切为众的悲心，不留身外之物，一切奉献众生，为众生服务。

51.我们感受阿弥陀佛的大慈悲、大爱心，自然就会包容别人，就像弥陀包容我们。同时不会像以前那样，心非常刚强，凡事都要计较，因为我们体会阿弥陀佛救度我们是不跟我们计较的，我们自然跟众生也不会计较。虽然我们善根福德不够，可是，无形中就会去增长善根福德，而在这当中，并不觉得自己是在累积善根福德，觉得这都是阿弥陀佛的感化，是阿弥陀佛的佛力、佛德在我们的心中发酵、产生作用，使我们自自然然心性转变、气质提升，所做出来的就很像一个学佛者。

52.“金也空，银也空，死后何曾在手中；妻也空，子也空，黄泉路上不相逢。”“一旦无常到，方知梦里人；万般带不去，唯有业随身。”这些句子如果偶尔思惟一下，就能涤荡我们的心灵，让我们对世间、恩怨比较不会那么计较、不平、不满，情绪比较能够平抚。想到人生最后也是空手一双，随业去见阎罗王，就不应该计较，反而要留下一些功德，带一些功德去。当然这是就一般人来讲的。就我们修学净土法门来讲，凡事应该以弥陀之心为心，以弥陀之行为行，就像“宗风──俗谛”所说的：“弥陀如何为我，我便如何为人”。

53.学佛也是学佛的慈悲心，学佛也是回归本来人，真正的本来人，就是无我地奉献众生，这样的话，对他人就会恩慈体贴。恩慈体贴就是希望对所有的人都有无私的爱，给他人带来恩惠、利益，让他人感受到我们对他的慈悲、温暖和照顾。所以，对任何人都要有恩慈体贴的胸襟，所到之处，都能让对方感受到温暖。

54.人的内心若有弥陀的生命，自能以佛心为心，以佛行为行；喜行善事，乐恕人过。因为感受到弥陀爱护我们，使我们也会爱护他人；弥陀宽恕我们，使我们也会宽恕他人；更因获得弥陀惠赐庄严的极乐，蒙受弥陀偿还累劫的冤债之故。人虽不能爱护、宽恕他人，亦能获得弥陀的爱护与宽恕；人若一旦感受到弥陀的爱护与宽恕，也必能爱护、宽恕他人；若其不能爱护、宽恕他人，便是尚未体悟弥陀的爱护与宽恕。

55.阿弥陀佛无限的慈悲爱心，平等接纳、彻底包容、绝对体谅，毫不计较、毫无条件地救度我们。若能体会阿弥陀佛对我们无限的爱心、彻底的包容，我们瞋恚、刚强的心就会被感化而柔软、而惭愧，对任何人就会付出爱心与包容。

56.宗风俗谛中就有“威仪（举止）──安详稳重”一条，安详稳重其实是包括内心跟外境的，也就是身口与意。一个人如果内心安详稳重，他会是很平和的──内心很平和、很平静、很无诤，也很安稳、很喜乐，一种寂静的喜乐。

出家本来就是为了修行，所以内心应该是向善、向上、向净的。我们既然发心出家，心中就应该清楚明了是为了修行而来，而修行也一定是有自我的要求，而不用等待外面用某种严格的或是某一种制度来规范，甚至奖惩。所以，一个真正发心出家的人，很自然的，他应该会有自我要求，让自己的身口意都是安详的、稳重的、不虚浮、不粗暴的。

有人说我们威仪不足，这对出家众来讲，应该感到很惭愧。既然现出家相就是为了要修行，首先就是内心要平和、平静、安稳、无诤，展现在外的，也是稳重的、稳定的、平和的，这方面希望大家都能自我要求。

57.学佛人，不管在家、出家，尽量要安详、稳重，一方面从外面的行住坐卧来要求内心。另方面，可以晨起静坐念佛，或者在佛堂静坐念佛，念到比较相应的时候，也会体会到那一份寂静的心灵。有了这一种体会，就保持这种心境来为人处事。如果能保持这一种心境来为人行事的话，语言就会比较亲切和蔼，同时也比较不会计较、推论他人的动机，这是从内心的寂静显现行仪的安详。

58.《易经》有一段话是我们修身很好的法镜：“诿罪掠功，小人之事；掩罪夸功，众人之事；让美归功，君子之事；分怨共过，盛德之事。”发生事情的时候，一般人通常都会诿罪，甚至是掩罪，更不用说坦诚地将自己的过失发露出来。

承认过失、反省改进是一般人应有的态度，更何况是修行人？修行人有了过失，是应在大众之前表露忏悔的，这样罪障才能消除，藉由在大众之前忏悔的力量才能使自己以后不再犯。因为业力有根，必须将根挖出来摊在阳光下，如果不从根挖出来晒太阳，只是枝叶晒太阳，日后根还是会再生长。所以一个真正的修行人是重在忏悔、发露自己的业障。

59.一个修行人应该是“夸罪掩功”的，为什么？把自己的错误缺失显露出来，让人家知道，可以消业障，也可以警惕自己；如果一直掩盖，那真是业障愈加深重。自己有功劳有成就，要尽量掩盖，不要夸耀出来，这个都是增德消业最好的良方。

总之，虽然念佛确实能够消我们的罪业，但我们也必须至诚反省发露，尽量不要掩盖，不然的话就会像右手扫地、左手洒灰尘一般的不智。

60.修行人，发大乘心，修菩萨道，好的、欢喜的、安乐的、成功的总是让给对方，坏的、失败的、沮丧的留给自己。甚至暗中默默地祝福他，把好处让给他，只要对方有一丝快乐安慰，我们也感到快乐安慰。

61.柔和忍辱，或者谦顺谦卑，对一个人来讲是非常重要的，尤其是一个学佛者。《易经》说：“谦受益，满招损。”又说：“天道亏盈而益谦，地道变盈而流谦，鬼神害盈而福谦，人道恶盈而好谦。”一个谦虚的人，走到哪里都受欢迎，天地鬼神都要加福给他。所以，谦虚的人有福了，天地鬼神都会怜惜他，让他趋吉避凶、遇难呈祥。尤其是谦虚的人容易信受弥陀的救度，获得“现当二益”。

62.“人亏天补”，吃亏就是占便宜，肯吃亏一分，天就补你十分、甚至百分，这就是“天道亏盈益谦”。所以背到这一段宗风的时候，就肯忍辱不去计较，甚至心中没有负面的情绪，不会觉得心中有不平不满需要去忍。

63.不管佛教也好，或是社会一般情形也好，凡事要改变命运都是先从布施开始。对于出家人来讲就是法的布施，而在布施之前，要先具备什么呢？古德言的：“谦虚一节，并不费钱”。我们要法布施，如果对法不了解，对经藏不深入，口才又不好，怎么能够布施呢？但是谦虚，即使有口才、没口才，都可以做得来。所以说“谦虚一节，并不费钱”。

64.念佛人同是净土眷属，犹如兄弟，同秉父母（弥陀）气血所生，可谓“本皆念佛人，本皆同根生”，理宜互相友爱，情同手足。既是净土眷属，也是同门师兄弟，彼此要：相尊重不相轻视，相亲近不相疏远，相体谅不相批评，相帮助不相袖手。

65.一个家庭、一个团体，乃至社会大众，都应该要彼此尊重、彼此包容，即使一棵树也不可能有两片完全相同的叶子，每个人的个性都不一样，做事风格也不一致，但都是同一家人，都是同一个团体，在不同的单位分工合作，所以我们要学习佛陀那样的悲心，互相包容、互相同情。

66.学佛之人，服膺真理，求真求实，应该理性抬头，慧眼明朗，切莫感情用事，愚痴迷惘。
学佛之人应厚道而朴实，直心是道场，一是一，二是二，不浮夸，不造假。

67.一个真正学佛的人，遇到恶缘逆境，甚至遭人伤害时，不但不瞋恨，反而生大悲，并将功德回向他；即使不能生悲心，至少也不可生恨心，否则便非真正学佛者。

68.人的一切思绪行为，都是由心主导推动的，有怎样的心就会有怎样的言语和行为，产生怎么样的命运，变成怎么样的结果。

69.一个念佛人的心态，就是要知道，今生今世所遭遇的成败得失、苦乐祸福，所有的点点滴滴，百分之百都是跟我们的过去世有关，是生生世世所造作而来的。就是生生世世以来有造那样的因，所以今生今世才会出生在某个国家，做某人的子女，与某人结为夫妻，生几个儿女，身体健康或病弱，头脑聪明或愚钝，事业成功或失败，际遇是顺或逆……所有的点点滴滴都是我们生生世世自己所造作而来的，不是别人导致我们那样的。

所以一个念佛人首先要相信三世因果与善恶报应的道理，要有安分守己、随遇而安、逆来顺受之心，不要对人以牙还牙，这样来念佛才会感到自在喜乐。

若念佛人不了解这种善恶报应、三世因果、自作自受的道理，就会凡事不平不满、嫉妒计较、争吵怨恨，他虽也念佛，依然是苦苦恼恼，乃至于会作出极端的行为，甚至于最后去自杀。这样的话，怎么可以怪罪阿弥陀佛说：我已经念佛了，怎么使我步上自杀之路呢？我是一个念佛人怎么还会这样呢？如此怪罪阿弥陀佛都没有庇佑，这是不对的。

70.所谓“依报由正报转”，有怎样的正报就有怎样的依报；有怎样的依报，可见他是怎样的正报。依报就是所处的环境，我们是出生在哪个国家——是十方净土，还是娑婆恶世？是出生在道德人文荟萃的国家，还是出生在野蛮贫穷困苦的国家？是出生在怎样的家庭？出生下来的种种人际、命运，这一些都属于依报。依报不是上帝所创，也不是依天所命，而是自己决定的——由自己的正报所决定的。

简单讲，包括在这个世界上的名位、权势、财富，甚至丈夫、妻子、儿女、兄弟、眷属，这些都是属于自己的依报。可以用一种比喻，也就是花跟蜜蜂，有花的地方就有蜜蜂，花多蜜蜂就多，花少蜜蜂也少，如果没有花也就没有蜜蜂。花比喻是正报，蜜蜂比喻是依报，花不用去求蜜蜂，蜜蜂也不用去求花，只要有花，有花香，蜜蜂自然会来到；即使这一朵花缺了叶子，他依然有蜜蜂；可是如果是假的花，再怎样的美丽漂亮，也不能有蜜蜂飞来。所以有一句话说：

花无心招蝶，蝶无心寻花；
花开时蝶来，蝶来时花开；
我亦不知人，人亦不知我；
不知从帝则。
这就是一种因果，正报之因，自然有依报的果。

所以我们如果觉得自己没有福报，没有人缘，处处不顺，那就要检讨自己，而不要怪罪别人；如果不检讨自己反而怪罪别人的话，这样不仅不是修行人，而且遭遇也会愈来愈惨。反之，如果懂得反省而自我改进，未来就会愈有福报，会愈平顺。为什么？因为能够不怪罪别人而反求自己，正报就升华了；正报升华了，依报也就能够改善而跟着提升。

71.有什么“因”必然会有什么“果”，因果之间必需假藉“缘”，若是有“立命之学”的观念，尽量能够“诸恶莫作，众善奉行”的话，这一个缘都是好的缘，使好的因会得好的果；而坏的因因为没有坏的缘，所以不会得到坏的果。

一般修行无非是观照、观心，一切由心造，一切都是阿赖耶识——过去世的心识展现出来的，所以说观心。我曾向大家介绍一首偈子，就是：

愿我恒常观自心，正当烦恼初萌生，
危害自己他人时，立即强行令断除。

对我们念佛法门来讲，是时时刻刻、心心念念都在这一句佛号上。当然难免会打妄想，打妄想的时候就观照，然后又回归到念佛。

72.有句话说“病由于情”，身体上有什么病往往是由心情产生的，过去世固然有那个业，可是如果现在都是心平气和、谦卑柔软，凡事理性不情绪、慈悲不瞋恚，心中没有不平、不满、抱怨、积怨，能这样的话就会比较没有病。

譬如说在座大多是女众，女众往往容易得到乳癌或者是子宫颈癌，如果大家能心平气和、凡事不计较、内心没有不平不满、不忧虑、不积怨、不常生气，这样就比较不会有这一类的病。一个人如果心中有郁气积在心中，就会导致所谓的“气逆”，而容易有疾病的产生。

另外，如果平常习惯熬夜，都是三更半夜才睡觉，也容易罹患疑难杂症，所以要维持身体健康、避免病痛，饮食、生活习惯上，尤其心情上都要调整。再者，一个人如果对父母非常的孝顺、不忤逆父母，体贴父母的心意，常使父母欢喜，能这样的话，这个人福报会很大；如果对父母忤逆不孝，常常跟父母冲突对立，那这个人的命运就会不太好，身上难免就会有疑难杂症。

73.凡事要往正面思惟，因为有什么心念就会带来什么事情，我们起心动念，乃至言语行为，最后都会回归到自己的身上来。

宇宙是圆的，我们的心是遍通整个天地宇宙的，所以我们的起心动念，就会跟宇宙中相应的境界感通了。起好的念头，就会跟宇宙中好的境界感通；起不好的念头，跟宇宙中不好的境界感通。起好的念头，有一天好的事情就会来到我们身边；起不好的念头，有一天不好的事情也会来到我们的身上。所以，我们要时时刻刻存着正面的思惟，存着爱心，存着利益他人的心，凡事肯吃亏不计较，凡事为对方设想，凡事对他人恩慈体贴，对自己谦卑柔和，凡事让美归功，分怨共过。

74.我们生生世世以来，都有无量无边的业障，佛陀说：“欲知前世因，今生受者是”，又说：“假使百千劫，所作业不亡，因缘会遇时，果报还自受。”因此，这一生当中所遇到的，不管是顺境或逆境都要感恩。可能有人会想，他对我不好，对我有所亏欠，怎么有办法感恩？其实要感恩。因为对方让我们有机会可以还债，让我们消业障、增福德。同时，这样的境缘，正是让我们修忍辱的好机会，是修行上的一种庄严。因此，佛陀说，“人家对我们无理的对待，就是对我们最大的恩惠”。

75.知道凡事都是因缘业力所推动，学佛的人就应该互相接纳对方、包容对方、体谅对方，晓得就是因为愚痴，他、还有我们，才会生生世世都还在六道里面轮回，如果不是因为愚痴，我们都早就解脱了，怎么还会在这里呢？

76.一切众生生生世世以来，都互相做过父母，做过子女，甚至做过夫妻、六亲眷属，不要把对方认为只是其他动物，跟我们没有关系。要把他当作是我们的亲人，我们的父母、兄弟、子女、六亲眷属，我们学佛就要有这样的体会，而且要抱着这样的佛心来看待对方。学佛的人如果有这种观念，就是真正的学佛。这样人跟人相处，就不会有不平、不满、比较、计较、嫉妒、瞋恨。

77.做为一个学佛者，会羡慕西方极乐世界的清净安乐，厌离娑婆世界的肮脏污秽，所以当我们生起肮脏污秽念头，不能沾沾自喜，应该心怀惭愧——我是个学佛的人怎么也起这种念头呢？虽然起惭愧心，但是不要怀疑弥陀的救度。所以善导大师才说：“念念称名常忏悔”。我们这种众生，居然能受阿弥陀佛没有条件、毫无计较的救度，所以一方面感恩欢喜，一方面也感觉惭愧。因为惭愧，自然我们就有柔软的心、包容的心。

78.身为修行人，一定是把“诸恶莫作、众善奉行、自净其意”默默地拿来要求自己，检视自己有没有做到？所以他是把眼光调过来反观自己，而不是把戒律道德讲出来规范别人。

79.关于孝顺，我们念佛人的心应该怎么样呢？是感念佛恩、随顺佛心来行孝道，自自然然的，不以为自己是在行孝道，也不以为行孝是为了能够生天，都不是！所谓“体如而行，即是不行”，体会佛心、随顺佛心去做，这个敦伦尽分的人品是行而不行，不觉得自己在做这些功用。

80.我们都应学习体会阿弥陀佛的大悲心，虽不能至，心向往之。因此，对任何艰难的事情，都要尽量承当，尤其对于来自任何人的任何批评，都要虚心检讨、欢喜接受，这对我们的能力、修为都是一种增上缘，要视之为善知识。古人说：“闻过则喜，闻善则拜”，亦即对我们善意的劝告要欢喜接受，向指示我们善法的人感谢而拜，因为他们成就了我们的德行，何况古德说：“是非以不辩为解脱，佛门以无事为兴隆”。

81.我们是修行人，修行人要藉境练心。听到别人赞叹恭维，也不欢喜；受到别人非礼污辱，也不恼恨。对我们非礼的人，其实是我们的善知识，是来成就我们的忍辱，消除我们的业障，增长我们的福德的。境界不能过，就是被境界打倒了，人就不会进步。如果没有境界来历练，我们就永远只能在原地踏步，所以要感谢对方。

82.我们既然学佛了，就要想想自己的言行举止像个学佛的样子吗？当我们要发脾气或要计较的时候，就想想：“我是佛教徒，我是学佛想成佛的人，我这样说、这样做可以吗？”这么一想的话，言行举止就会不一样。

83.我们生生世世流转在六道当中，可以说什么恶业都曾做过，这些恶业的种子，长期以来都潜藏在我们的阿赖耶识里面，只是尚没遇到起现行的境缘而已。当情境不同时，或者投个胎、转个世，任何事情我们都有可能做出来的。所以，我们要有自己也是恶人的自觉，有这种自觉之后，就会彼此接纳、彼此包容、彼此同情、彼此安慰、彼此谦卑柔和，不会有高慢的心来鄙视对方。

84.生死路险，轮回可怕，六道未出，难免堕落。我们生生世世以来，什么恶事没有做过，所以说我们同是一丘之貉，应该互相同情，互相包容，互相劝勉。

85.我们常听人说：“老菩萨，你很慈悲”！但其实这只是赞叹的语言罢了，只有佛才有真正的慈悲，我们哪有什么慈悲呢？然而，只要能体会到弥陀的救度，人的心性就会升华，虽然还没

有真正的慈悲，可是心是柔软的；只要心柔软，不刚强，就富有同情心；富有同情心，就会为对方设想，为对方付出，那就多少会展露慈悲的爱心了。

86.做为一个佛教徒，因为知恩、受恩，所以要感恩、报恩，行种种的善事功德；然而，这是我们应尽的本份，不是以这个来回向往生，或以之“庄严佛净土”。我们要了解阿弥陀佛为我们完成的极乐世界已经非常的圆满、周到，没有缺少什么。

87.我们这个法门非常注重感恩，而且深入这个法门也自然会感恩——是顺境我们感恩，是逆境我们也感恩。我们感恩师长、同修，也感恩家人跟环境，因为如果没有他们，如同机器缺少了一个零件，就不能运转。不管是支持或反对，是顺境或逆境，这都是引导我们归入弥陀本愿的方便，因此不管顺、逆、苦、乐，我们都要怀着感恩的心。

88.人之内心若有弥陀的生命，自能以佛心为心，以佛行为行；喜行善事，乐恕人过。因为感受到弥陀爱护我们，使我们也会爱护他人；弥陀宽恕我们，使我们也会宽恕他人；更因获得弥陀惠赐庄严的极乐，蒙受弥陀偿还累劫的冤债之故。

人虽不能爱护、宽恕他人，亦能获得弥陀的爱护与宽恕；人若一旦感受到弥陀的爱护与宽恕，也必能爱护、宽恕他人；若其不能爱护、宽恕他人，便是尚未体悟弥陀的爱护与宽恕。

“触光柔软”乃是法尔自然之理，故一生造恶之机，信受弥陀救度，蒙光摄护，便能“转恶成善”，这是自然之事。（克实而论，罪恶生死凡夫，旷劫以来，何罪不造，何怨不结？负人之债，不可称量；所以不是自己宽恕他人，乃是请求他人宽恕自己。）

89.谁敢说他一生都没有造恶？或许有人会说“我虽然有造恶，但是我更有行善”，其实，如果加加减减，我们都是善少恶多，因为我们都在五浊恶世，根本上我们都有见浊、烦恼浊。从思想上的混浊，以及根深蒂固贪瞋痴的烦恼所展现出来的心念、行为，当然就是恶多善少。愈是检讨自己，就会愈加惭愧，从而心地柔软，不会贡高我慢，不敢认为自己很会修行、很会积德，反而会头低下来，而惭愧地说：“唉！像我这种恶人，除了本愿念佛之外，有哪个法门可以救度我、使我将来能够脱离阎罗王的审判、能够远离地狱之火呢？”

90.三人行必有我师，别人的起心动念，贪瞋痴慢，都是自己的影子、自己的分身。人不易发觉自己的真貌，故应体谅包容，更应感恩对方的示现，使自己知所改进。

91.天地万物，与我一体，冤亲平等，自他无别。学习把一切人看成是自己的父母、儿女，彼此接纳，互相尊重、包容、疼爱、怜惜，不相比较、计较、不平、不满，不相憎嫉、违戾、愤恨、敌对。

92.如果一个团体里面有不和谐，人人都应该反省自己，是因为自己有不和谐的心，才有不和谐的团体；再者，如果我们的心和谐，这个团体就会和谐。所以，孟子有一句话说：“行有不得，反求诸己。”讲话做事、表达出去的，不能达到预期的效果，我们就要检讨自己，不能只怪是别人的错误，或是别人不配合我，如果是这样的话，那就不能改进自己了。

93.学佛者要有一个很基本的观念，就是“随缘消旧业”，那要怎样随缘消旧业呢？就是凡事尽量无诤，因为这是自己的业障，应该逆来顺受，而不以牙还牙，所以不与人诤。但是，若只是外表不与人诤，却积压在心中的话，那也不好，会造成精神病，所以最好内心不生气，也不将怨气存在心中。

94.宇宙万物其实是一体的，所谓一体，就是没有物我的相对；万物的灵性跟我们没有差别，其本性也是佛性，跟我们佛性的本性一体，没有两样，只因为业报使它必须投胎为野兽，我们人类的福报用尽时，也会再去投胎做野兽。

论我们今生的业，是生生世世所带来的，一旦失去人身，就会堕入三恶道，不是地狱，就是饿鬼或畜生。所以善导大师开示说：“自身现是罪恶生死凡夫，旷劫以来，常没常流转，无有出离之缘。”我们都有这个业在，所以要互相体贴、照顾，彼此包容，就是藉缘来消除这个业，“所谓随缘消旧业，更莫造新殃”。

95.我们不但要“随缘消旧业”，也要“更莫造新殃”，也就是，除了一方面消业障之外，另一方面自己也不要再去做违背五戒，或者违犯十善的事情，这样的话，就是在“随缘消旧业，更莫造新殃”了。当然我们都是凡夫，难免心有余而力不足，那要怎么办呢？就是要有忏悔之心，而多念佛。毕竟我们都是凡夫，既然自己是常常知道应该做到而做不到，他人岂不是也是一样，所以彼此就要互相体谅，互相包容。

96.古德说：“静中功夫十分，动中功夫才一分；动中功夫十分，梦中功夫才一分。”如果梦中作得了主，临终的时候也就能作得了主。对于宗风的内容，大家自己私底下诵念的时候可能都已滚瓜烂熟，但那是在静中，一旦到了动中，往往只剩下几成的实力而已，那是自然的。若有心深化进境，就必须多闻熏习，尤其修行，更是如此。

97.有体会佛心而念佛的人，他的个性会转变，他的性情会转变，他的脾气会转变，他的相貌会转变，他的命运会转变；如果他念佛了，他的个性没有转变，他的脾气没有转变，他的相貌没有转变，他的命运没有转变，就表示他没有体会到弥陀的悲心，也可以说他没有真正的信佛念佛。

98.我们学佛，所接触的都是大圣佛陀的金言玉语，若能将这些思惟在心中，从这些佛言祖语来自我薰染，转化习气，调柔个性，这样，气质、相貌、举止、言语、命运都会转变。甚而将这些金言玉语作为自己的生命，落实在生活，时刻警惕在当下。

99.熟记经文、法语，将之深印在脑海中，就会在我们的八识田中萌芽，进而开花结果；亦即在心田中发酵，使我们消业障、开智慧，启发我们的道心、坚定我们的信仰。所以，应时勤背诵经文以及古圣先贤的嘉言格语，以之净化心性，这是非常重要的。

100.所谓“书读百遍，其义自现”，一本书若读一百遍，书的道理自然就会在我们脑中发出光明，至于百遍也不是说一定要读一百遍，而是多读，多读自然就会了解。以前读私塾的时候，老师很少解释，都是要学生把文章背起来；虽然当时不了解文意，但随着年岁的增长以及生活的历练，以前所背的经文的道理，不知不觉就自然通达了。

101.阿赖耶识就像一片田地，起心动念就像在田地当中落了种子，种子一旦落下田地，时间一到就会发芽，乃至开花结果。宿世以来，我们阿赖耶识所含藏的，不是贪瞋痴就是妄想杂念，如果把佛言祖语背诵在里面，汰旧换新，这样佛言祖语就会成为我们的生命，思惟、言语、举止就会充满佛言祖语所讲的那种内涵与气质。

102.法要入心，随个人根机不同，但总在于多闻薰习，自自然然就能逐步的深入我们的阿赖耶识，所以佛教很强调“多闻薰习”。儒家也说：“学而时习之”、“温故而知新”、“人一能之己百之，人十能之己千之”，人家一次会的，我们就一百次，人家十次就会的，我们就一千次。一次再一次，多次的、不断的、长久的去薰习，终有一天就会彻入、通达。

103.我们所受的教育，所看的经论，所听来的法，其实都还是在浅层的第六意识范围，所谓色声香味触法，眼耳鼻舌身意；我们读经，思索经文涵意，甚至寻章摘句，思考如何上台演讲，这一些都是知识的范围，只能改变学问的结构，也少许会改变精神相貌，但是还无力改变我们深层的性格与业力果报。

104.修行不只是学问的事情，也就是说，学佛不只是佛理的事情，不只是佛教哲学的事情，而是要观心，深入自己的第七识，改变自己第八识的业障、果报。

105.将文句背下来，并且涵咏其义，仍只是第六意识的范畴，如果能进而思维它，并藉环境来历练，就能够化为我们的个性，成为我们的生命，也就能够进入第七意识，改变第八识。

106.我们都是带着累生累劫的业习，经由因缘和合而投生在此时此地，这一些业习在哪里？以佛法的名相来说就是“藏识”，也就是第八识。

“藏识”里面的东西是静态的，可是它有随着境缘而发动的功能，那个功能就是第七识。我们今生今世所受的教育是属于第六意识的范围，对于第七识的我执，第八识的业力，并没有影响到。要影响、改变它，那是修行的范围，不只是求知而已。因此，我们要时刻反观自省、观心自照，所谓随文入观、藉境练心，不然就有可能学问愈深反而业障愈重。

若期望将已知学问转化成为内在生命，改变我们的深层个性，进而改变自己的业力，就必须要时常反观自省，不断地观心自照。

107.习气就是第七识末那识，第七识都是执着阿赖耶识里面坏的种子比较多，然后就命令第六

识，之后驱使前五识去造作。我们学佛必须假藉第六识的功能，因为第六识有分辨、记忆、判断的功能，我们用第六识的功能来听经、闻法，来学习古圣先贤的道理，将这些法语涵养在心中，它点点滴滴也都会进入阿赖耶识。进入阿赖耶识之后会怎么样呢？就像“良币驱逐劣币”，好的种子（良币）如果多了，坏的种子（劣币）比较不起现行，所谓“种子起现行，现行又薰种子”。甚至，我们可以假藉第六识所学的道理，时刻观照，使自己的起心动念、言语行为都是美好的、善良的，慢慢那一些坏的种子因为很少使用，最后就会自然枯竭了。

108.习性的转变，也要看他的原本惯性的强弱，原本惯性若强，转变就比较慢，惯性若弱的话，转变就很快，有的人天生就很温和无诤的，有的人即使劝导他了也还是很刚强，所以要改变习性，第一，可从思惟“机法两种深信”的道理下手；第二，一个人如果念佛体会到清净心的话，那他的行事为人都以那个清净心来展现，遇到顺境、逆境都保持那个清净心。

再者，可以从阅读修身养性的文章去自省，譬如孟子所讲的，人心有“四端”——“恻隐之心仁之端也，羞恶之心义之端也，辞让之心礼之端也，是非之心智之端也。”从“仁、义、礼、智”去体会，也能够培养。孟子又说“人之所以异于禽兽”差别在哪里？在于“存心”；君子跟小人的不同在哪里？也在于存心。君子的存心是什么？是“以仁存心、以敬存心”。像“爱人者人恒爱之，敬人者人恒敬之”之语，还有《论语》中很多句子都很好，时常温习那些圣人的语言，不知不觉都会转化自己的习性。

109.《了凡四训》共有四篇：第一篇“立命之学”，第二篇“改过之法”，第三篇“积善之方”，第四篇“谦德之效”。每一篇都非常的好，非常的精要，有心于修身养性、改过向善、向上、向净的人，都应该重视它。

110.任何团体的领导者，固然要有其领导能力，但重要的还是“以诚感人、以德服众”。“以诚感人”即是不管对任何人、任何事，都要“以诚存心”，言语、举止，都要出自真诚无妄的心；所谓“诚于中，形于外”。“以德服众”即是站在对方的立场考量，给对方真实的利益。如果不是真诚的站在对方的立场，为对方的“真俗二谛、现当二益”作为考量，则容易引起民怨，不得人心。

111.我们是念佛的团体，完全属于净土法门，净土法门是庶民佛教，所以一切的作为要平民化、服务化。亦即虽然是组长或干部，都是为了服务大众而设，因此要有义工、志工的牺牲精神。而且我们是以弥陀为中心的净土法门，更要如宗祖善导大师所说的要“学佛大悲心”，而阿弥陀佛大悲心的表现，即是《无量寿经》所说的“如纯孝之子，爱敬父母”。阿弥陀佛为了将“不请之法”的“真实之利”，亦即成佛功德，无条件的、白白的惠赐给我们，而把我们愚恶的生死凡夫，视为自己父母，而弥陀视自己为纯孝之子，来爱敬我们愚恶凡夫。

一般人对外人是“无爱无敬”，即使有敬也未必有爱，而对家人则有爱未必有敬；但阿弥陀佛对我们是既爱又敬，而且纯笃专一，不二不变。希望我们也以这种精神来对待同修大众，尤其我们都是信佛学佛者，深信一切众生都是过去父母，都是未来诸佛，更且念佛必定往生成佛。

112.我们虽是佛教团体，但不以拥有教团、研究佛学为目的。学佛人不论所学是圣道门或是净土门，其目的都在于“上求菩提，下化众生；而上求菩提的目的，是为了有能力度化众生”。因为一切众生，都沉溺在苦恼的大海中，可谓众苦充满、苦海无边；有的人茫然无知，有的人恐惧不安，因此都需要法音的唤醒，都需要弥陀的安慰。

113.我们的教团是以弥陀为中心的净土教团，因此，教团的职事干部都要深刻领悟弥陀的大悲，秉持弥陀的大悲精神，设身处地存念众生的苦恼，以众生为念。经典上说：“菩萨所缘，缘苦众生”，诸佛菩萨，心心念念，都在于苦恼众生，时时处处都要拔除众生的苦恼。

114.人生很短，在几十年短暂的人生中，能够遇到佛法，尤其是遇到阿弥陀佛主动积极、平等普救的法门，进而为这法门“自信教人信”，作弥陀的使者，弘弥陀的大愿，是何等稀有难得可贵，正所谓“百千万劫难遭遇”。

因此，大家应庆幸、珍惜这百千万劫难遭遇的佛缘，好好使用短暂的人生，为弥陀普救的法门而奉献，心心念念、时时处处都以众生为念，犹如“菩萨所缘，缘苦众生”。

115.学佛人不管是为自己消灾解难、增福延寿，或发心为佛门做事、饶益众生，都要有牺牲奉献的精神，吃亏不较的心量，因此必须培养“任劳任怨、无怨无悔”的胸襟。忍苦耐劳、不计毁誉，本来就是行者本色，因为吃苦即是了苦，忍辱能够增福；而身为佛门职事干部，更应如此。佛陀开示说：“未成佛道，先结人缘”，又说“欲求无上佛道，先做众生马牛”。

116.服务大众要能任劳任怨、无怨无悔，必须体悟“大悲心”与“空性慧”。众生一体，人我无别，为他即是为自，为自必须为他；能如此体悟，则能任劳，也能任怨，无怨无悔，犹如慈母赴儿，亦如不请之友。何况我们受弥陀无条件的惠施，蒙弥陀不计较的包容，同渥弥陀大悲之爱，深感弥陀同体之恩；即使遭无根之谤，或求全之毁，也有力量勇于面对，敢于承当。

117.为众生服务，若能以无我心、平等心，则其福德不可思量。希望职事干部们都能深体弥陀大悲佛心，无我不执着，理性不情绪的为人服务，而任劳任怨，无怨无悔。

118.为大众做事，即使做得好，做得圆满，都会有人满意有人不满意，都会受赞美，也会遭批评；身处五浊恶世，彼此都是凡夫，难免如此。但只要经过决议，自己也深思熟虑、尽心尽力之后，若受赞美，固可欣慰，即遭批评，也不必气馁；因为已尽心力，而因缘如此。

所以主事者，既尽心力，便应随缘，保持平常心，以恭顺无诤的态度，理性冷静的面对；若因此而负气，甚至有情绪反应，则甚为不智。任劳容易任怨难，若能任劳也任怨，则功德圆满。因此，事无大小，都要理性抬头，切莫情绪用事。

119.团体中都会安排各人相应的职位，所谓各安其位、各司其职而分工合作、分层负责，所以大家只要安份守己，尽心尽力，尽职尽责，就能够像一部机器一样，每个环节都能运作通畅。不管自己负责哪个层面的工作，都要尽量“化繁为简，化难为易，举重若轻，轻松以对”。这样自己轻松，别人也没有压力。

120.我们虽是净土法门，以念佛往生净土，在净土证无上佛果为宗旨；然而学佛既为成佛，成佛本为众生，则今生现世也应随缘尽力，为众生做事，甚至为众生做马做牛，只要我们能力所及，便应当仁不让。

121.我们这个道场是四众共管，所以教团不只是出家人的家，也是同修的家，因此，在教团当中，不管出家众或是同修，大家就好像一家人一样，应该彼此体谅、包容、爱护、成全。

122.我们是一个团体，而这个团体不是一般的社会团体，是佛教的修行团体，每一个人都是为了修行而来的。这是在观念上大家必须先确立的，如果有这种观念的话，所谓“本立而道生”，根本确立，枝末就会自然生长，也就是说，既然我们是一个修行团体，我们是一个修行人，那我们的三业行为──身、口、意，起心动念和言语行为，是不是合乎一个行者的标准？是不是一个行者所应该展现的？如果不是的话，是不是有惭愧心呢？

123.“善日加修，德日加厚”，“善”如果不日加修，“德”就停在原地不能进了。还有“阴间三年一考较”，就是说，我们行善积德或念佛，好像当下没有什么感应、没有什么果报、效用，其实不是的，往往要经过三年之后。但也未必如此，这是一种比喻。就好像种植物，有的种下去半年之后就有收成，有的要一年，有的要三年才有收成。

124.一位师父或一位师长之所以能够感人，不是靠他的学问，也不是靠辩才，也不是靠手腕，完全是凭他的德行，唯有德行才能真正感动对方，能够使对方一生都念念不忘。所以能感人的不是其他，是德行，而德行当然是从慈悲所流露的。

125.人跟人之间是会相互影响的，往往能真正感化人的，不是口才，而是德行。德行有一种看不到的无形磁场，散播出去就能改变对方。一个内在有信心、有法喜的人，他的面貌自然就会容光焕发，举止会流露出他被弥陀慈悲救度的感怀，无形当中就会启发他人对净土法门的信受。

126.修行人最好能善自培养宁静的心。方法是早上起来先静坐念佛，平日与人见面，尽量不要说话，话愈少愈好。因为，天下间的滋味，如果没有宁静的心，没办法体会。就像食物的味道，需要细细的咀嚼；而宇宙的真理很微细，我们必须以寂静的心，才能体会，才能够和宇宙的真理相TOUCH。

127.念佛的人，心态上首先要知道：我的业障不会障碍弥陀的救度，否则就是太小看阿弥陀佛了。“我们再多的罪业，都不能障碍弥陀对我们的救度”，有这样的观念与了解，我们就会感戴恩德而痛哭流涕，心就会谦卑柔软。人若有惭愧、谦卑、柔软的话，三业行为、气质、相貌、命运、人格就会转化。

128.“随作务，随念佛；不与人诤，亦无怒容。”这一句话不只是对出家众，同修们也要把它刻在脑海中，就是把念佛落实在生活当中，所以是“随作务，随念佛”。进而“不与人诤”，尽量凡事都要善解，都要体谅，都要包容，基督教也说：“凡事包容，凡事相信，凡事忍耐。”又说：“爱是永不止息。”

凡事与人无诤，不但是无诤于口，也没有显露在容貌上，“亦无怒容”，我们就尽量往这个向往的目标前进。

129.一个人最大的福报就是“无事”，所谓“一日无事赛神仙”。所以在团体当中，如果还没有机缘领执事，没有什么事可做，其实他是最有福报的人；他只要好好吃饭、好好睡觉、好好念佛，与人无争、于事无求，岂非天天赛神仙？如果住众人人都能这样，则道场安定，住众安宁，彼此相安无事，人人身安道隆；所以古德说“道场以无事为兴隆”。如果无事找事，一定要求一个什么来做，甚至去攀缘，让人家来发现自己，使自己能够突出于人，那就是把福报往外推。如果互相争求、彼此相怨，则道场不安、住众不宁；不安、不宁，就会造成人人苦恼，就会导致人人离开。所谓“天下本无事，庸人自扰之”，只有愚痴的人才会无事找事，与人过不去，而自恼恼人，自害害彼，彼此俱害。

130.在团体当中，凡事也要能“善解”，善于理解才不会错解、误解，而产生误会。与众相处要合群，要与大众和合。若不能合群，会带给自己苦恼，也会带给别人苦恼，更会带给团体动荡不安。除此之外，要彼此接纳，互相包容，彼此体谅，互相关怀。

131.《论语》〈颜渊篇〉有一句话：“仁者其言也讱”，一个君子对他所要讲的话，要忍耐片刻，不可逞一时之快，要有所不忍心，一个人如果有恻隐之心，他会不忍讲人家的是非好坏。从此之后，凡事就肯吃亏、不计较，真正肯吃亏的人，他一定是有福报有智慧的人。

132.佛陀说，别人诽谤我们，是对我们最大的恩惠。这种观念确实是颠覆一般人的思维。人家诽谤我们，造成我们身心的苦恼，怎么反而说是恩惠呢？一般人会因为诽谤而造成身心苦恼。可是我们是修行人，修行人应该以怎样的心态来对待呢？如果确实有这样的事，刚好是消我们的业；如果没有那样的事情，一方面是增加我们的福报，一方面是让我们修安忍、忍辱的机缘，这岂不是很大的恩惠？

133.学佛之人，应该质直，不充体面；当一天和尚敲一天钟，在什么岗位说什么话。没有能力或没有兴趣，能培养就好，不能培养就应退步回头，以免自恼自苦。何况佛弟子以学佛为第一：有妨害自己学佛的，再好皆应舍；有助益自己学佛的，再坏也应就。

134.我们凡夫，都是妄想杂念，一颗心都是向外攀缘，要他长时间忍耐孤独、安于寂静的在一件事上是不容易的。然而，耐不住孤独、寂静，静下来没事的时候，就开始找事情做，比如看电视、看报纸、看杂志或是找人闲聊，这样就不容易成就道业；反过来说，一个人如果能够忍耐孤独、安于寂寞，在寂寞当中不觉得寂寞，反而觉得有法喜，这样就比较容易成就道业。

135.在家居士不必像出家众这样，不过如果是一个修行人的话，就会往这方面来实践，所谓“君子谋道不谋食，忧道不忧贫”，修行人是安贫乐道的。例如，有些人吃完饭，就习惯抽一张卫生纸擦嘴巴，当然真的油腻是应该擦，不过最好养成吃时尽量不要沾到嘴巴的习惯，这样就不必在吃完饭后另外浪费一张卫生纸。否则，一天三餐就要用三张卫生纸，一年就要用上千张卫生纸了。

136.我们学佛，应该让家人也感到愉悦，对佛法产生好感，使他们因为自己学佛的改变，而肯定佛法。如果能这样，不但不会有阻碍，更为自己与家人带来福报，学佛要这样比较圆满。否则，虽然念佛愿生极乐世界，但肉体还存在的时候，生活就会有苦恼。

137.学佛人，尤其是念佛人，不贪生、不怕死，肉体败坏火化之后，骨头可以磨成粉，也不需要放入骨灰坛或晋塔，可以用洒葬的方式和众生结缘。

138.修行人要能自觉一切都是自己的错，要培养自己的三业德行，深入教理，这样一出口人家就会相信，甚至于你不出口，人家就会觉得你道气感人。

139.《无量寿经》说：信受阿弥陀佛救度的人，应该拥有的心态是什么呢？就是“谦”跟“敬”。自己应谦卑，因为自己作恶呀！无能为力、无地自容呀！卑贱、愚劣、怯弱呀！同时经常恭敬阿弥陀佛，阿弥陀佛是十方诸佛之中的佛王，祂才有能力救度我啊！所以“谦敬闻奉行”的人就会“踊跃大欢喜”，为什么呢？因为本来应该堕落地狱让阎罗王审判刑罚，要斩头、破肚、抽肠的，现在阿弥陀佛居然把我们救度起来，让我们得到不平凡的生命，而且得到无量寿、成佛的生命，使我们也能够广度众生。想想看，怎么会不踊跃大欢喜？

140.“谦”就是，决定深信我们现在是个罪恶生死凡夫，旷劫以来是常没常流转，未来世也是无有出离之缘，所以过去、现在、未来三世都是罪恶的，都是没办法脱离六道轮回的，要有这种谦卑的罪恶观。事实上我们也不必故作谦卑，因为事实上我们本来就是这样的罪恶凡夫。一般世间人所谓的谦卑，是那种不居高位的德行，可是我们不但没有那个高位，也没有那个德行。

“敬”就是，决定深信阿弥陀佛四十八愿已经完成了，所以祂能够救度十方众生，我们只要不怀疑阿弥陀佛，无所筹虑，依靠祂的愿力，当下必定往生，当下就得到往生的身份了。

141.学佛者，不论僧众或居士，都必须怀着谦卑之心，所谓“谦敬闻奉行”。有关阿弥陀佛的功德、感应，我们最好怀着一种恭敬信顺之心，这样往往能够获得福德，也不会造下谤法之罪。

142.如果在群体当中，觉得自己没有人缘，好像别人都冷落自己，这样就要检讨自己，不要去指责或批评别人。为什么？这个就是以镜为鉴的理论，眼前镜子所显现的都是自己如实的相貌，不是镜子故意产生的。所以反观自省很重要。

同时，凡事要往正面去想，不要往负面想。不管事情怎样，都要往正面想，这样就会带来正面的效应。如果动不动就往负面想，即使是正面的，也会带来负面的效应。

143.修行人永远不会怨天尤人。“唉呀！某某人对我怎么样、某某人对我不公……”其实没有不公的事，天底下一切都是公平的，所受的往往都是恰如其分的。依据我们过去世所累积的业因，今日自然应该受这种果报，所以说“闻善则喜，闻过则拜”。

144.佛法如镜，对镜见容，闻法知心。背向法镜，以为自己贤善，因而高己慢人；面向法镜，便知其恶无底，深感无地自容。然而我心之恶虽无底，弥陀之力亦无边；信机信法，机法一体，惭愧、欢喜、感恩，“南无阿弥陀佛、南无阿弥陀佛”矣！

不论你我罪恶有多深，弥陀功德便有多大，若如是知，安心开朗，油然而生。卑鄙无耻是我人实相，自己如此，别人何异？所谓“一即一切”。如知既同一丘之貉，便能慈眼相视也。且越知自己之恶机，此心越谦卑柔软，越觉毫无资格计较嫉恨他人。又越知弥陀之法德，体悟弥陀彻底的包容、无限的大爱，便能凡事包容他人、爱护他人。如是信机信法之中，世间美德，亦油然而生矣。

145.爱欲烦恼不重就不会出生在这个五浊恶世之中，知道这个道理，我们就应该彼此体谅包容。五浊恶世的众生都是恶人，都是一丘之貉，所以要彼此同情，一即一切，一切即一；我既然如此，别人也是一样；别人会那么做，表示我也会，只是今天我们没有碰到那样的因缘而已，如果和他相同的因缘，他就是我，我就是他，所以要彼此同情、彼此体谅。有一句话：“在业力的推动下，没有人是故意的，智者悲悯有情，凡夫互相谴责。”这一句话很具悲悯，又通情达理。

146.净宗行人，不可寻奇觅巧，喜好别异。应该平凡、平常、平实、平淡，一心念佛、安心念佛、息心念佛、老实念佛、守愚念佛，轻松自在念佛、心无挂碍念佛、行住坐卧念佛、时处诸缘念佛、念念不舍念佛，欢喜则欢喜念佛，烦恼则烦恼念佛；总之，唯应“一向专称弥陀佛名”。

147.处在五浊恶世的人，都是具足贪瞋痴的凡夫。这样的话，怎么能够凡事都真心呢？不可能的。所以《无量寿经》说：“心口各异，言念无实。”我们众生往往都“心口各异”，也就是口中所讲的，并不是心中所想的；所谓“言念无实”，人生处在这个世界、在这个环境当中，总有无可奈何的时候，应该不打妄语，可是往往不得不说一些客套话，如果把真心所想的讲出来，恐怕会破坏气氛、破坏关系，所以，人总有无奈在。

也因为这样，学佛的人反省检讨，对自己有所要求的话，就会有一种惭愧的心、忏悔的心。宗祖善导大师说：“念念称名常忏悔。”我们凡夫处在这个五浊恶世，面对五浊恶人，不能彼此

坦诚，所以只好念佛，念念之中，就具足惭愧、忏悔、灭罪的功能。

148.我们是学佛人，也是念佛人，因此，生活中一切言语、行为、做事，都要跟法相应。在法方面，我们这个法门叫“净土宗”，属于“易行道”。易行道的定义是：在修行上很简单、很容易、很方便，在证果上很快速、很超越、很圆满。只要持念这一句佛号，念念不舍弥陀佛名，把念佛融入到我们生活当中的行住坐卧、时处诸缘，养成习惯，让念佛生活化，生活念佛化，这样就能与法相应。教理方面可深可浅，如果年纪大了，或是文化水平不高，那么只要懂得“众生称念，必得往生”，然后就专称弥陀佛名就可以了。

149.念佛人，信同、愿同、行同、目标同、目的同，在不同地方，行相同任务；犹如祖师云：“同一念佛无别道，远通四海皆兄弟”。

150.相尊重不相轻视，相亲近不相疏远；相体谅不相批评，相帮助不相袖手。

151.法名是归依三宝、能离三途的凭证，我们的法名第一字是“净”，净土是弥陀的故乡，也是莲友的故乡；净土是弥陀诸佛所居处，也是念佛人“生诸佛家，当坐道场”（《观经》语）之处。凡是念佛人，都是净土眷属，都是“如来净华众”。有此等意义。故同修宜以法号相称。

152.“打招呼是心跟心的桥梁”，碰面时“和颜爱语，先意承问”的打一声“阿弥陀佛”的招呼吧！“阿弥陀佛”是我们的金字招牌，有此招牌，出入蒙福，无不吉祥，无不灿烂，所到之处，皆带来喜乐与平安。

153.佛弟子皈依的对象是“三宝”，故三宝皆我之师，非仅皈依某道场或某法师而已。但，若学净宗者，即应亲近净宗道场、师父、同行，余则可敬而不可学，以免徒生干扰，走向杂修杂行之路。

154.皈依者即是信佛学佛之人，其行事为人：对佛有信心、有敬心，对人有爱心、恕心，对己有愧心、良心。敦伦尽份，闲邪存诚，诸恶莫作，众善奉行。存好心，说好话，做好事。仁民爱物，不杀生，少吃肉，素食更佳。

155.念佛的人不是其他的法门就不要学、不要弘扬，还是要的。比如说，还是要尽量的敦伦尽分，闲邪存诚，诸恶莫作，众善奉行，也要了解其他的教理。只是有主有从，最主要的是净土教理要先了解，然后把这一句佛号存在心中，生死先解决，其他随缘随力来做。能这样，那其他的做得到固然好，做不到也不会有遗憾，因为到临终的时候一切大脑中的记忆都会忘光的。

156.障碍别人修行的罪业很大，会长时在恶道里面受苦，即使出生为人，恐怕也会没有智慧。所以我们如果遇到想修行的人，应抱着随喜赞叹的心，来成就他们。

157.烦恼的众生面对弥陀的救度，如果能够像善导大师所讲“在烦恼的心中生起清净的愿生之心”的话，即使再怎样的烦恼苦恼，但是内心却是安详、平静、平和、祥和的，过着一种平凡、平常、平淡、平实的生活。

平凡：做一个平凡的人，过一般凡人的生活，在家则在家，出家则出家，男则男，女则女；安份守己，安愚念佛。
平常：不寻奇特迥异，不求高深玄妙，不高攀圣境，不以凡滥圣。
平淡：不求绚丽的、多彩多姿的、热闹的、激情的，只是平淡无奇。

平实：相对于不平凡、不平常、不平淡来说，平凡、平常、平淡，反而让人感觉踏实、实在、安稳，宁静、祥和、愉悦。

158.第十八愿“唯除逆谤”之文，显明不漏群机之外，亦是诫人孝顺父母，友爱兄弟，和睦亲邻等纲常伦理、去恶行善之意。《大经》下卷五恶段之文，即是具体说明此意。故第十八愿及整部《大经》圆说真谛与俗谛，无遗无缺也。

159.净土法门是难说之法，说得不稳妥，或不能善解的人，会误以为是不用持戒律，或者说不必修行、不必积功累德。所以要站在前线布教的话，第一点自己的三业行为要被肯定；第二点要教理通达；第三点其他法门多少要了解。

———————————————————

160.身为佛教徒，对于佛教也应随缘随分去护持，但是，有一个原则就是不自苦、不自恼。若做了之后，觉得很辛苦、懊恼，这样就不妥当，就不需要去做；要做就做到让自己感到喜乐，感到有价值，感到有需要，否则若做得苦苦恼恼，会使自己不安乐、不欢喜，而且也会或多或少与他人结怨，这样就不适当了。

———————————————————

161.学佛修行必需要能够忍于孤独，甘于寂寞，安于平淡，越是在人家觉得孤独、寂寞、平淡当中，我们反而能够喜欢这样的生活境界，而在这样的当中有法喜、有喜乐、有安稳，这样就容易有成就。

———————————————————

162.人身难得，佛法难闻，本愿之法更是难中之难，今生有幸遇到，表示我们过去世宿善特别深厚，跟阿弥陀佛的缘特别深厚，所以希望大家都能好好掌握这个法门。对于他人有不同的看法，我们应该抱持尊重的心情——“合掌令欢喜”，不要互相评论，因为一落入评论就一定会起诤论与是非。

———————————————————

163.学佛人，不论在家、出家，都要学慈悲，要以慈悲为宝，不以世间的财物或稀有之物为宝。那慈悲的对象就是众生——眼睛看得到的人类、动物，还有看不到的众生。所以修行人就是以众生为宝，出自内心的想为对方带来利乐——利益、安乐，而不给对方带来苦恼、亏损。如果自己有好处、有成就，都主动的、默默的奉献给对方；对方如果有过失、有亏损、有苦恼，也主动的、默默的去接受、承当。也就是“失败归自己，成功给他人；好事向他，坏事向己”。能这样行持者就是修行人。

———————————————————

164.遇到净土法门，一方面就要专一念佛，在往生的道路上，依靠阿弥陀佛的救度；在世俗的生活上，要尽自己的责任，做好人的本分，诸恶莫作，众善奉行，敦伦尽分，闲邪存诚。

一个念佛人，如果连做人的本分都做不好的话，念佛反而让人家轻视，让不了解的人对阿弥陀佛没有信心；如果做得好的话，等于给阿弥陀佛增光。所以学佛念佛的人，要起模范的作用，这样阿弥陀佛、十方诸佛都欢喜，护法龙天也会拥护赞叹。不然的话，虽然念佛可以往生，但是责任义务都没有去尽到，阿弥陀佛的心中也会为我们遗憾啊！

“大悲传普化”才能够“真成报佛恩”，要能够大悲传普化，也要从端正我们的三业行为开始。

三、净土宗宗风（三）

1.出家众是以法为自己的生命，譬如说，专崇天台的人，天台的法是他的生命；专崇华严的人，华严的法是他的生命；专崇密宗的人，密宗的法是他的生命。我们学习净土法门，净土法门的法就是我们的生命。如果专宗净土，没有纯正净土的教法，我们净土的生命就会枯萎、死掉，就不成为是个专修净土的人，就没办法以净土来上求下化、自利利人。

———————————————————

2.献身出家就是为了上求菩提，下化众生，也就是一般讲的自利利人。所以身为出家人要有“上求下化”的使命感，甚至要有领导能力、要能讲经说法。当然领导能力、讲经说法，不是每个人都能够做到的，除非是通才，但是使命感是要有的——也就是“上求下化”、“舍我其谁”的愿心。“上求下化”未必需要有学问、有口才，只要有德，三业行为的展现自然就会有无形的教化。

———————————————————

3.出家是为“法”而出家，为“道”而献身。“法”有世间法、出世间法，“道”有净土门、有圣道门，所以必须要把善导这一流的法义深入，甚至透彻。

要怎么深入呢？首先，要把我们这个法门核心教理的相关法语，可以启发自己，又可以方便教化他人的佛言祖语背下来。比较还年轻，身体、记忆力较好的人，像《净土宗经论释要文》、《善导大师语录》，可以背的话，就尽量的背，而且常加以思惟。《善导大师语录》内容很丰富，可就自己需要的选择背诵；《净土三经》、《易行品》、《往生论注》、《安乐集》等，也可以随自己的能力，将重要的法语背下来。

———————————————————

4.不论世间的修身养性也好，或者是佛法出世的修行证果也好，都是在讲德行。如果修行人没有德行，当然就不能称为修行人；修行人最重视的就是有德无德，如果是被赞扬、肯定是有德行的人，他的出家修行，才有意义。

———————————————————

5.在佛陀的时代，僧众和合共住所做只有二事：一是“圣默然”，即打坐修定；二是“法谈”，即谈论佛理，其他世俗的闲聊，在和合僧团是严格禁止的。因为除了佛法，除了宇宙真理之

外，一切的一切都是空性，你讲它做什么？善也是空，恶也是空，顺也是空，逆也是空，把它讲出去做什么？

6.善导大师往往都是独来独往的，为什么？因为有人相伴，往往容易讲闲话。但是，不讲闲话并不表示性格孤僻、冷漠，或者显示自己鹤立鸡群、特立独行，如果有这样的观念，是不正确的。一个人也好，与大众相处也好，都应该是和谐的，彼此有默契的。

7.我们这个法门是各随自己的本份，出家众当然要随分随力持守戒律而念佛，在家众尽量安分守己而念佛。以这标准要求的话，就会越觉得自己距离太远，这个时候，那一种“常怀惭愧”、“仰谢佛恩”，还有谦卑柔和的心会更加实在。这样的话，自然就德香显现，所谓“香光庄严”。

8.有的出家众，虽然现出家相，但不晓得修行的真正意义，过去世俗的习性、观念还是一样，认为他人对自己无理。无理一定要讨一个公道，这是一般人的想法，但对修行人来说，别人的无理，正是我们偿还业债的时候，别人的无理正是让我们修忍辱度的时候，别人的无理正是让我们增加功德的时候，别人的无理正是让我们实践“但愿众生得离苦，不为自己求安乐”的时候。所以不应该计较，甚至怀恨在心。

9.出家，并不是为了出家而出家，并不是为了求佛教的学问、哲理而出家，或者是为了做一位讲经说法的大法师而出家——不是，他是为了追究宇宙人生的真理，了脱生死轮回，为了学佛、成佛而出家的。

10.出家是很不容易的，讲起来很神圣难得，但也很可怜，怎么说呢？孤身离开恩爱的父母、亲人，可爱的家庭、怀念的家乡，走往他乡去出家；但人非圣贤，即使现出家相，仍带着各自的烦恼与脾气，因此，道场是出家人修行用功的地方，但也是更多烦恼与不同习气聚合的地方。今天在道场里，也不晓得将来会有什么样的人物进来共住、生活，言语行为相碰触到底会让我们快乐还是苦恼，都处在不确定当中，这就是出家人的可怜之处，因为在道场里面难免也会有人事纷争。

也因为如此，所以佛陀规定出家人要“以和为贵”。也就是我曾勉励大家的：“以和为贵，以忍为高，不以苦为苦，不以难为难”，一切苦难挫折，其实是给我们恩惠，让我们有逆增上缘。出家众面对任何违逆心情之境都必须往这方面去想。

11.我们僧众住的地方都会悬挂一副字——“随作务，随念佛，不与人诤，亦无怒容”，这都是我们的座右铭，而且也是修行的重点之一。“随作务、随念佛”，把念佛落实在生活当中，落实在行住坐卧当中，落实在时处诸缘当中，让念佛成为我们的生命、我们的生活习惯。“不与人诤，亦无怒容”，既不在口头上与人诤，内心也无诤；如果内心有诤，至少也不要表现在容貌上，慢慢让内心也能够不存留。

12.一个威仪安详稳重的出家人，他的内心也一定是祥和、平静的。其实祥和、平静是很高的境界，像佛陀因为心中有涅盘寂静的证悟与内涵，所以走路自然就不急不缓，讲话也是很沉稳，不急不缓，这样的威仪，无形中就能感化人。

13.要怎样做好一个出家人，就像宗风所写的：生活，简单朴素；语言，诚恳和蔼；威仪，安详稳重。

在佛陀时代，出家众的衣食所谓“三衣一钵”，生活是极其简单朴素的。如果住在精舍里面，除了三衣一钵以外，也只有床座、医药、日常用品之类。

出家众在生活上有种种规约，也就是所谓的“戒条”，但其精神所展现出来的是落实在简单、不奢侈、不豪华，也就是我们强调的“简单、朴素”。

我们生在末法时代，虽然科技发达、物质充裕，但依然要维持着佛陀时代三衣一钵简单、朴实的生活原则。譬如说，出家众的浴室，洗脸、洗头、洗身体都只用这一块肥皂，洗衣服也是这块肥皂，简单不奢侈、不豪华，佛陀说不香花涂身，不坐高广大床，因此就不使用香皂。毛巾也是一样，洗身体、洗脸都只用一条毛巾。衣服呢？只有冬、夏两种，就这几件，不管国内国外、婚丧喜庆都是这几套衣服。所以，对身外之物一概不留。

因此，对出家众来讲，除了衣物之外，顶多就是我们编的这一套书。希望大家就过着简单、朴素、朴实的生活。

14.日常生活是可用则用、能省则省。基本的生活之外，我们可以不必身留余物。自己的身外之物、多余的钱财，都将它供养三宝，或救济贫困。

15.严格来讲，一切外物都是身外之物，所以，除了我们生活上需要使用的才留下来，没有需要的可以一概不留，都可以送给需要的人；反过来说，既然需要而留下来，就应该整齐、清洁的摆设好。出家人的生活往往是比较有规律的，就是早睡早起。出家众是专业的修行人，大家都是为法来到这里，所以所有的时间都尽量用在法的方面。

16.佛门是最讲洁癖的，尤其是割爱辞亲，成为人天师范，其身口意的行为是信众的楷模，所以出家众的立身处世要比在家众严谨，固应严以律已，谨言慎行，持身如玉。信众对于佛门，尤其是身负弘法之崇高神圣使命的比丘，其眼睛总是特别雪亮，要求也特别严格；万一被发现有了某些不如法，难免因失去了可敬的对象而产生失望之心。

17.出家众是专业的修行人，不但依佛法自修，也同时承担了住持佛法、传承佛法的任务，进而更要以佛法教导他人，如果缺乏慈悲，就有亏出家众的身份了。

18.一个寺院的领导中心就是住持，住持本身信仰、思想与道心如果不稳定，大家也不能安定办道。

19.道场的生命就是法，住在道场的住众也都必需要有法，如果住众有人没有法，他就会跟道场不相应；而道场如果没有法，对方即使来了也一定不相应，一定会离开。

20.大众共住最重要的两点就是：第一、信仰要一致；第二、彼此要和合——以和为贵、以忍为高。

21.对于新出家的住众，做前辈的要有提携之心，也就是要有爱护、指导之心；新进来的出家众对前辈则要有敬重之心，对于教团的生活或规矩有不了解的，就虚心请教。

22.出家服乃解脱服，但应自觉，依然烦恼炽盛之身，未因穿出家服而得解脱，反而因此知自身卑微卑贱，因而谦卑柔和，不显高慢，常怀惭愧，仰谢佛恩。

出家服亦是法幢，若威仪安详稳重，则不说法亦能度众，如马胜比丘；若言行放任，肆无忌惮，则令人鄙视，而成佛门罪人。

23.我们这个法门是“易行道”，龙树菩萨以“乘船则乐”来形容，顺风扬帆，又可以欣赏外景，轻松惬意，跟一般自力的修行是完全不一样的。所以我也希望大家在修行上如龙树菩萨所讲是安乐的——乘船则乐，大家过着快乐的出家人的生活、快乐的念佛人的生活，但也不能因为是易行道、安乐门，所以就放纵了，更要注意自己是身着袈裟的修行人。

24.不论何人，真发心出家，都是相当有善根、福报、智慧、功德之事，足得随喜、赞叹；然“出家乃大丈夫之事，非将相所能为也”，可见真出家人、过出家生活，并非一般想像的单纯容易。

凡事皆需内因外缘：

内因：自己为何出家？动机要纯真，就是真的要为修行而出家，为了生脱死而出家，为荷担如来家业而出家，为弘法利生而出家，喜欢安贫乐道而出家，喜欢过出家的生活而出家，喜欢远离五欲红尘而出家；非为逃避而出家，非为享受而出家，非为胜他、名闻、利养而出家。

外缘：要有相应投缘的师父、道场、师兄弟，亦即法门相同，师兄弟意气相投，大家能够和悦无诤地相处共事的生活。有此道场则可先在此道场住一段期间，彼此观察，若能相应，则可择期剃度。

若无此内因外缘，则于事不成。

南无阿弥陀佛

师兄，末学来推荐一个文档，里面集合了很多传统文化、戒淫修福、中医养生、净土宗念佛等善书、经论，希望能够帮助到您和您身边的人！

http://pan.baidu.com/s/1kTunurP

善书合集,请下载后，随缘流通！

南无阿弥陀佛 南无阿弥陀佛 南无阿弥陀佛

弘愿寺，为纯依善导大师之教、专修净土的念佛道场；寺名「弘愿」，典出善导大师《观经疏》「别意之弘愿」，意为：乘弥陀弘誓大愿力，一切众生得生净土。弘愿寺殿堂建制、本尊安奉、牌匾楹联、念诵仪规，皆完全依善导大师「五正行」为标准，唯突出一个「专」字——专净土，专念佛，专善导。

http://liutongfabao.taobao.com/?v=1

以善导大师的净土思想为弘法理念，所有法宝均为免费结缘，免费邮寄。欢迎索请！

净土宗(上面有很多TXT格式经论)

http://www.pureland-buddhism.org/

净宗专页

http://www.jingzongfashi.com/

弘愿寺网站

http://www.hongyuansi.com/

南无阿弥陀佛

http://pan.baidu.com/s/1bnAJHiZ

这个网盘内储存的是净土宗经论最近收集（精排版本，排除了诸如非段落换行、空格等格式错误）！请下载、解压后，随缘流通！

佛教音乐(一心念佛)

http://pan.baidu.com/s/1zi1rh

净土宗法义开示（MP3）

http://pan.baidu.com/s/1mg1FyGS

弘愿寺最新版电子书

http://pan.baidu.com/s/1sjpo0Fj#dir

超级QQ群：

善导专修念佛群二 59659710

善导专修念佛群三 151654835

一心专念弥陀名号，行住坐卧，不问时节久近，念念不舍者，是名正定之业。顺彼佛愿故。

http://hi.baidu.com/new/980798565

我的百度空间，欢迎来做客！

弘扬和落实中华传统文化

http://pan.baidu.com/s/1bnhbS4Z

东方人生智慧珍品系列丛书（共10册）已绝版

http://pan.baidu.com/s/1tJAWi

戒色百科全书

http://pan.baidu.com/share/link?shareid=617125&uk=2701938221请勿堕胎反堕胎宣传单和书籍（请转发，功德无量，利益无量）http://pan.baidu.com/s/1EaNq6

般若文海txt

http://pan.baidu.com/s/1xM8Ou

念佛群：189181812 49181252 65904156 186655372 28338746 164106671 21565225 169232847 11218660 109133876 161774032 212248265